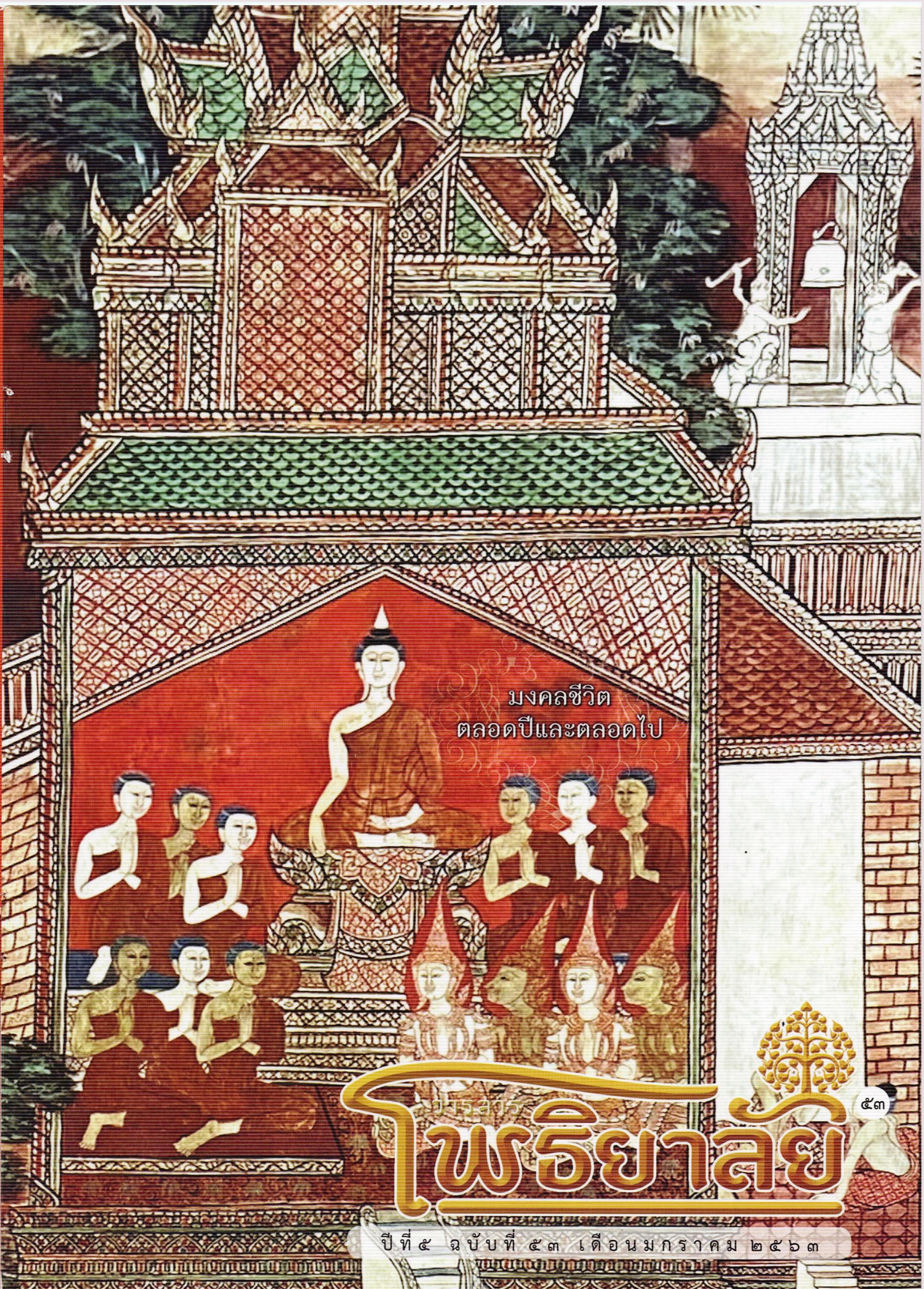

มงคลชีวิต
ตลอดปีและตลอดไป
วารสาร
โพธิยาลัย
๕๓
ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๕๓ เดือนมกราคม ๒๕๖๓



มงคลใจ (ไม่ใช่วัตถุ)

มงคลนอก ฤกษ์ยาม นามอักษร　　ไม่แน่ถอน อุบาทว์ภัย ได้จริงหรือ
มงคลใน ชำระใจ ใฝ่ฝึกปรือ　　๓๘ ชื่อ มงคลแท้ แก้ทุกข์เอยฯ

ปปัญจา

เปิดเล่ม

วารสาร โพธิยาลัย
ฉบับที่ ๕๓ เดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๓

วารสารโพธิยาลัย ฉบับที่ ๕๓ ประจำเดือนมกราคม พ.ศ. ๒๕๖๓ นี้ เป็นฉบับขึ้นปีใหม่สำหรับพุทธศักราช ๒๕๖๓ ถือเป็นวาระมงคลที่จะนำไปสู่เดือนอื่นๆ ที่ตามมา เราจึงจัดทำเป็นฉบับพิเศษชื่อว่า **"มงคลชีวิต ตลอดปีตลอดไป"** ด้วยเหตุนี้ คณะผู้จัดทำจึงได้คัดเลือกบทความที่จะช่วยให้ผู้อ่านได้เห็นภาพรวมของคำว่า **"มงคลชีวิต"**

มงคลชีวิตนั้น เป็นหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนา มีชื่อเรียกว่า **"มงคล ๓๘ ประการ"** มีอะไรบ้างนั้น เชิญติดตามอ่านได้ในเล่ม และเนื่องจากมงคล ๓๘ เป็นหลักธรรมที่มีจำนวนมากถึง ๓๘ ประการ เรื่องบางเรื่องของเรา จึงไม่อาจสรุปให้จบลงในฉบับเดียวได้ จำเป็นต้องแบ่งออกเป็นตอนๆ ซึ่งรับรองว่าน่าสนใจ เหมาะแก่การติดตามอ่านให้ครบจนจบเรื่อง

มงคลทั้ง ๓๘ เป็นเรื่องใกล้ตัว ที่เราทุกคนสามารถแสวงหามาเป็นอาภรณ์ประดับชีวิต เพื่อความเจริญรุ่งเรืองอย่างสูงสุด เป็นหนทางไปสู่พระนิพพานได้ ในทางหนึ่ง เป็นบทสวดที่พุทธศาสนิกชนนิยมใช้สวดในงานมงคลต่างๆ เช่น งานวันเกิด ขึ้นบ้านใหม่ เปิดกิจการ ทำบุญประจำปี งานมงคลสมรส ฯลฯ แต่จะมีชาวพุทธสักเท่าใด ที่จะเข้าใจความหมายที่อยู่ในบทสวดนั้นจนสามารถนำมาใช้กับชีวิตของตนได้อย่างถูกต้องทั้งหมด โอกาสนี้จะเป็นอีกครั้งหนึ่งที่เราจะพูดถึงมงคลสูตรให้มีความชัดเจน แจ่มชัด เพื่อเป็นของขวัญปีใหม่แก่ผู้อ่านของเรา

ในเดือนนี้มีข่าวสำคัญเกิดขึ้น ณ วัดจากแดง คือ ท่านอาจารย์พระมหาประนอม ธมฺมาลงฺกาโร อดีตรองเจ้าอาวาสวัดจากแดง ได้รับการแต่งตั้งจากคณะสงฆ์ ให้ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดจากแดง แทนท่านพระครูธรรมธรสุมนต์ นนฺทิโก ที่ได้ถึงแก่มรณภาพไป เมื่อวันที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๒ ท่านอาจารย์พระมหาประนอมนั้น เป็นบุคคลผู้มีความสำคัญที่สุดของวารสารโพธิยาลัย ท่านคือผู้ให้กำเนิด และรับผิดชอบด้านค่าใช้จ่ายในการจัดพิมพ์เสมอมา ตั้งแต่ฉบับที่ ๑ จนกระทั่งถึงบัดนี้ฉบับที่ ๕๓ คณะผู้จัดทำ ซึ่งเป็นศิษยานุศิษย์ขอน้อมแสดงมุทิตาจิตต่อตำแหน่งใหม่ของพระอาจารย์ในครั้งนี้ และขอแจ้งให้ท่านผู้อ่านทั้งหลายร่วมแสดงมุทิตาจิตไปพร้อมกัน

นอกจากเรื่องชุดมงคลสูตรแล้ว ในวารสารยังมีเรื่องอื่นๆ ที่น่าสนใจและน่าอ่าน ประกอบในเล่มอีกหลายเรื่อง รวมถึงเรื่องชุดภาษาบาลีซึ่งกำลังได้รับความนิยมมากขึ้นทุกที

วิเทศทัยย์ นักเขียนอีกท่านหนึ่งที่เราภูมิใจได้เริ่มบทความเรื่องใหม่ของท่านแล้ว เรื่อง **"ตำนานพระเจ้าเลียบโลก ฉบับลังกา"** ซึ่งจะให้ข้อมูลทางประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนาที่ยังไม่เคยมีใครพูดถึงในภาษาไทย เป็นการค้นคว้าที่เจาะลึกจากแหล่งข้อมูล แน่นอนว่า เป็นข้อมูลที่หาได้ยาก ได้มาจากการศึกษาค้นคว้าอยู่ในประเทศศรีลังกา นานถึง ๘ ปี

ฉบับหน้า ประจำเดือนกุมภาพันธ์ เราได้เตรียมเรื่อง **"๗๒ ปี ความสัมพันธ์ไทย-เมียนมา"** จากการที่มีพระผู้ทรงพระไตรปิฎก ได้เดินทาง

มาเชื่อมสัมพันธไมตรีกับประเทศไทยถึง ๙ รูป ซึ่งจัดงานโดย ติปิฎกสิกขาลัย วัดจากแดง ร่วมกับหอพระไตรปิฎกนานาชาติ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และกรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม

พระผู้ทรงพระไตรปิฎกได้สวดพระปริตร เพื่อเป็นสิริมงคลแก่พวกเราชาวไทย และแต่ละท่านได้ตอบปัญหาแก่ญาติโยมคนไทยอย่างจุใจ พร้อมด้วยเรื่องเล่าน่าตื่นเต้นของพระผู้ทรงพระไตรปิฎกรูปหนึ่งที่ท่านระลึกชาติได้ เชิญติดตามอ่านในฉบับหน้า

วารสารโพธิยาลัยได้จัดเตรียมบทความดีๆ สำหรับฉบับต่อๆ ไป อย่างไม่หยุดยั้ง ด้วยความตั้งใจจะมอบสิ่งที่ดีที่สุดให้แก่ท่านผู้อ่านของเรา ขอให้ติดตาม อย่าพลาดแม้แต่ฉบับเดียว

คณะผู้จัดทำ

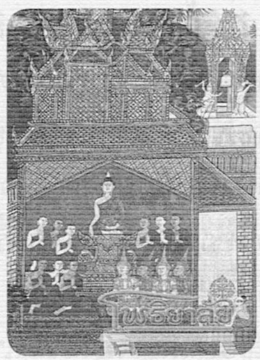
วารสารโพธิยาลัย จัดพิมพ์มาด้วยปัจจัยบริจาคของท่านผู้มีจิตศรัทธา แจกเป็นธรรมทานและบริจาคไปตามห้องสมุดต่างๆ เพื่อให้เกิดประโยชน์ทางปัญญาอย่างกว้างขวางแก่ท่านผู้ใฝ่ธรรมต่อไป ขออนุโมทนาทุกท่าน

วัดจากแดง

ชมรมกัลยาณธรรม

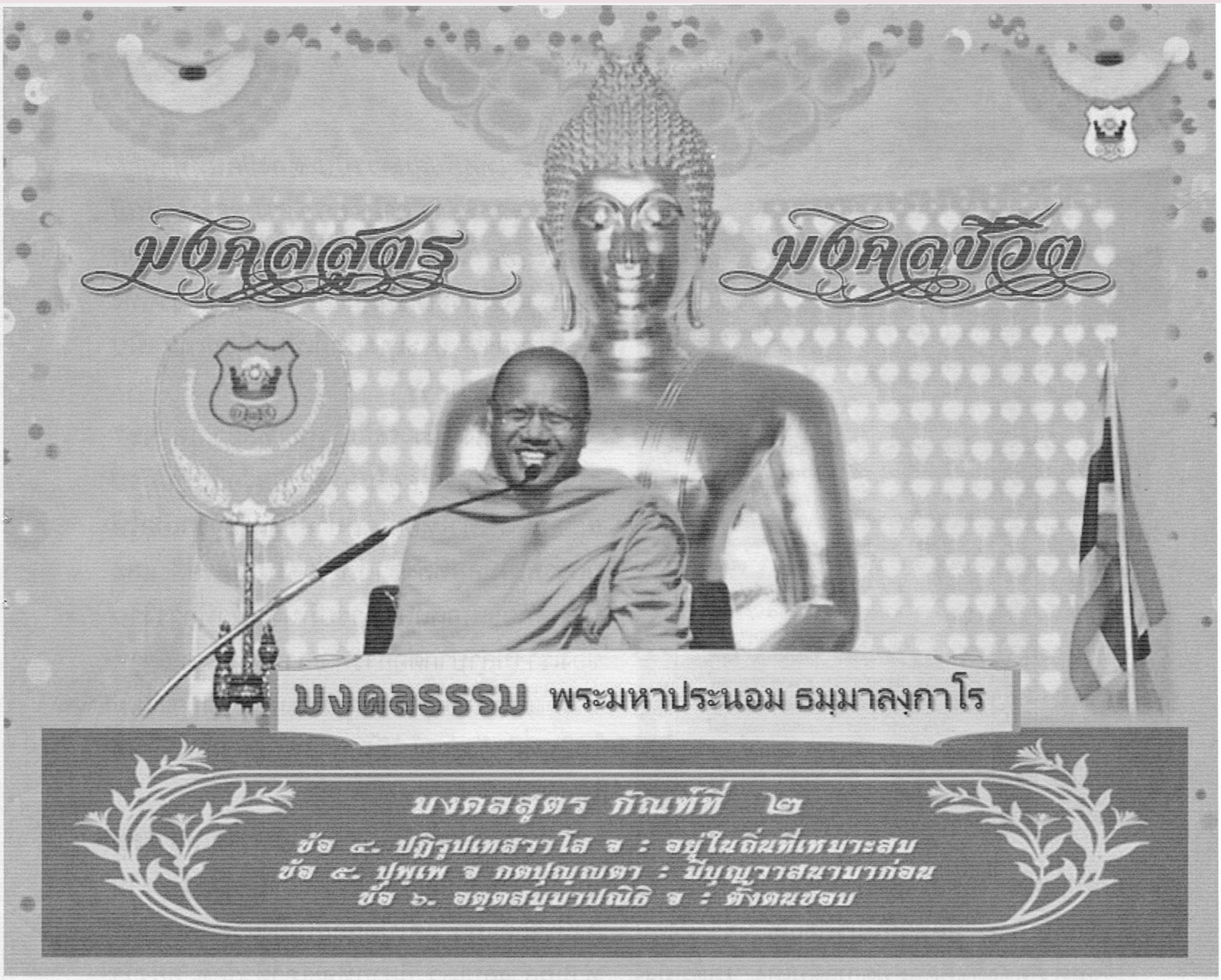
ประธานผู้ก่อตั้ง
พระครูธรรมธรสุมนต์ นนฺทิโก
อัคคมหาบัณฑิต
บรรณาธิการอำนวยการ
พระมหาประนอม ธมฺมาลงฺกาโร
บรรณาธิการบริหาร
พนิตา อังจันทรเพ็ญ
panitaang@gmail.com
รองบรรณาธิการ
ทพญ. อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ์
Acharak7153@gmail.com
ผู้ช่วยบรรณาธิการ
พันธุ์รพี นพรัมภา
Punrapee@gmail.com
ประสานงาน
พระครูประคุณสรกิจ
(พระมหาการุณย์ กุสลนนฺโท)
pk.krun21@gmail.com
กองบรรณาธิการ
คณะสงฆ์วัดจากแดง
สำนักงาน : วัดจากแดง
๑๖ หมู่ ๖ ถ.เพชรหึงษ์ ซ.เพชรหึงษ์ ๑๐
ต.ทรงคนอง อ.พระประแดง
จ.สมุทรปราการ ๑๐๑๓๐
โทรศัพท์. ๐๒-๔๖๔-๑๑๒๒
พิมพ์ครั้งที่ ๑ : มีนาคม ๒๕๖๓
จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม
ภาพปก
จิตรกรรมฝาผนัง วัดคงคาราม
จ.ราชบุรี
ออกแบบปก
ศิลปิน บัญชา หนังสือ
รองปกหน้า-รองปกหลัง-กวีนิพนธ์
ธรรมอาสา
เครดิตภาพ
วัดจากแดงและสถาบันโพธิยาลัย
ธีรปัญโญ, ชาคิโนภิกขุ,
ญาณกุสโล, วิเทศทัยย์
และขอขอบคุณเจ้าของภาพ
จากทาง Internet ทุกท่าน
ศิลปกรรม
สหมิตรกรุ๊ปทีม
อุปถัมภ์อุปกรณ์คอมพิวเตอร์
โดยคุณพัชรพิมล ยังประภากร
ประธานกรรมการ 'สุวิมล'
จัดพิมพ์โดย
สหมิตรพริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง
โทร. ๐๒ ๙๐๓ ๘๒๕๗-๙

สารบัญ



Pdf File Book





บท **“มงคลสูตร”** เป็นเรื่องราวที่พระพุทธเจ้าตรัสตอบปัญหาที่เทวดาถามว่า “คุณธรรมอันใดที่ทำให้ชีวิตประสบความเจริญ” โดยพระพุทธเจ้าตรัสตอบว่า คุณธรรมนั้นนั่นก็คือ **“มงคลชีวิต”** ซึ่งก็มี ๓๘ ประการ ที่ใครทำไว้แล้ว “จะเป็นผู้ไม่ถูกอกุศลธรรมครอบงำในที่ทั้งปวง ย่อมถึงความสวัสดีในทุกสถาน ...เป็นเหตุให้ถึงความเจริญก้าวหน้าอันสูงสุดของมนุษย์ทั้งหลายโดยแท้”

มงคล แปลว่า เหตุแห่งความเจริญ ตัดความเก้อเขิน ทำให้เมื่อเข้าไปอยู่ในสภาใด แห่งหนตำบลใด ก็ไม่มีความเก้อเขิน เพราะมีมงคลธรรม ๓๘ ประการ ชีวิตไม่มีถอยหลัง มีแต่เจริญก้าวหน้า ด้วยมงคล ๓๘ ประการ

มงคล ๓๘ ประการ คือบันไดแห่งชีวิตที่เมื่อเราก้าวขึ้นไปแล้ว เราจะหยิบเอามนุษยสมบัติมาใช้ก็ได้ จะหยิบสวรรคสมบัติมาใช้ก็ได้ และสุดท้าย จะเอื้อมไปถึงนิพพานสมบัติก็ได้ ด้วยหลักมงคล ๓๘ ประการนี้

เมื่อมงคล ๓๘ ประการ เป็นบันไดที่จะทำให้ชีวิตเราสูงขึ้นไปๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอน เราก็ต้องทำฐานหรือบันไดขั้นแรกๆ ให้มั่นคง แข็งแรงเสียก่อน เพื่อต่อยอดขึ้นไปได้อย่างมั่นคง บันไดขั้นแรกๆ นี้ จึงสำคัญมาก

หัวข้อที่จะนำมาบรรยายในช่วงนี้ อยู่ในคาถาที่ ๒ ซึ่งมี ๓ หัวข้อ เริ่มจาก (๑) **“ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ”** การอยู่ในประเทศที่สมควร (๒) **“ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา”** เคยทำบุญไว้ในชาติ



ก่อนๆ หรือตั้งแต่ตอนเด็กๆ หรือในอดีตของเราในชาตินี้ (๓) **"อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ"** ตั้งตนไว้ชอบ คือตั้งจิตคิดจะพัฒนาตนเอง **"เอตัมมังคะละมุตตะมัง"** ๓ ข้อนี้ก็เป็นมงคลอันสูงสุด

(๑) มงคลข้อแรกในคาถานี้คือ "ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ" แปลเป็นภาษาไทยว่า การอยู่ในประเทศที่สมควร หรือถิ่นที่สมควร

แล้วอย่างไรล่ะ จึงจัดว่าเป็นประเทศอันสมควร ในอรรถกถา ขุททกนิกาย สุตตนิบาต จูฬวรรค มงคลสูตร คาถาที่ ๒ บอกองค์ประกอบของความเป็นประเทศที่สมควรไว้ว่า

ประเทศใด บริษัททั้ง ๔ ย่อมเที่ยวไป บุญกิริยาวัตถุ มีทานเป็นต้น ย่อมเป็นไป คำสอนของพระศาสดามีองค์ ๙ คือสุตตะเป็นต้น ย่อมรุ่งเรืองในประเทศใด ประเทศนั้นชื่อว่า ประเทศอันสมควร ดูตามนี้แล้ว ประเทศไทยก็เป็นประเทศอันสมควร

ประเทศอันสมควรนั้น ต้องมีคนที่ทำบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ มีคำสอนของพระศาสดาอันมีองค์ ๙ คือ นวังคสัตถุศาสน์ หรือพระไตรปิฎก ไทยเรายังมีพระไตรปิฎก ยังมีคนทำบุญครบทั้ง ๑๐ ประการ ประเทศเราก็เป็นปฏิรูปเทส เป็นประเทศอันสมควร

ในอีกแง่หนึ่ง "ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ" แปลตามศัพท์ว่า *อยู่ในประเทศหรือถิ่นที่ปฏิรูปแล้ว* มีสิ่งที่ทำให้อยู่ได้สบาย ที่สามารถเอื้อให้มีความเป็นอยู่ที่ดี ดำเนินชีวิตไปได้ด้วยดี และปลอดภัย เกื้อกูลต่อการปฏิบัติหน้าที่การงานของเรา ไม่ลำบากต่อการพัฒนาปรับปรุงคุณภาพชีวิต และการสร้างสมคุณงามความดี การอยู่ในถิ่นที่ดี ยังช่วยให้มีโอกาสพบและคบบัณฑิตได้มากขึ้นด้วย

ถิ่นที่อยู่อาศัยที่ปฏิรูปแล้ว มีความเหมาะสมนั้น มีความสำคัญมาก เพราะถ้ามีความรู้ ความสามารถดีแล้ว แต่ไปตกอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เลวท่ามกลางคนเลว ก็ยากที่จะเอาตัวรอด อย่าว่าแต่จะพัฒนาตนเองเลย ข้อนี้ตรงกับส่วนหนึ่งของ **"สัปปายะ ๗"** ในวิสุทธิมรรค ปริจเฉทที่ ๔ ปฐวีกสิณนิเทศ ซึ่งใช้ได้กับทั้งชีวิตสงฆ์และฆราวาส เช่น *อุตุสัปปายะ* (ดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อมที่ไม่หนาวไม่ร้อนเกินไป) *อาวาสสัปปายะ* (ที่อยู่ซึ่งเหมาะสม ไม่พลุกพล่านจอแจ) *โคจรสัปปายะ* (ที่หาอาหาร เช่น ตลาด ร้านค้า อยู่ไม่ใกล้ไม่ไกลเกินไป) *ภัสสสัปปายะ* (การพูดคุยที่เหมาะกัน เช่น การได้ฟังเทศน์ ฟังธรรม สนทนาธรรม) และ*ปุคคลสัปปายะ* (อยู่ใกล้บุคคลที่เป็นผู้ทรงคุณธรรม ทรงภูมิปัญญา เป็นที่ปรึกษาได้)

"ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ" จึงไม่จำเป็นจะต้องเป็นแค่บ้านพักอาศัย แต่เป็นสถานที่ต่างๆ ที่เราจะต้องไปใช้ชีวิต เช่น โรงเรียน ที่ทำงาน

วัด ฯลฯ และสิ่งแวดล้อมต่างๆ ของสถานที่เหล่านี้ "ปฏิรูป" นั้น ยังมีความหมายว่า **"ทำให้สมควร"** ซึ่งเป็นหลักการที่ควรทำ และเป็นหลักที่นำไปใช้ได้ในแทบทุกเรื่อง เช่น ในการบวชพระ ในคำถามคำตอบสำหรับผู้บวชใหม่ ก็จะมีคำว่า*ปฏิรูป* ในความหมายทำให้สมควรนี้ ในตอนที่พระกรรมวาจาจารย์กล่าวว่า *"ปะฏิรูปัง.....ปาสาทิเกนะ สัมปาเทถะ"* ก็คือ ขอให้ทำให้สมควรด้วย

แต่ "สมควร" นี้ คืออย่างไร แค่ไหน ?

เมื่อหันมามองประเทศไทยของเรา ที่แม้ว่าจะเข้าเกณฑ์ความเป็นประเทศที่เหมาะสมได้แล้วก็ตาม แต่ก็ยังมีเรื่องที่เราควรทำให้ดีขึ้น จนเป็นระดับที่ "สมควร" ได้อีก ที่เราใช้ความหมายนี้อยู่ในคำว่า **"ปฏิรูป"** นั่นแหละ แล้วบ้านเมืองเรานี้จะต้องปฏิรูปอะไรบ้าง ? ได้แก่ **(๑) การศึกษา (๒) เศรษฐกิจ (๓) สุขภาพ (๔) พระรัตนตรัย**

จุดเริ่มต้นของการปฏิรูปทั้งหลายทั้งปวงก็คือที่การศึกษา ต้องเป็นจุดแรกเลย

อาตมาเอง ก็เคยพูดในเรื่องการศึกษาไว้ เพราะวัดจากแดงก็เป็นสถานศึกษาแห่งหนึ่ง อาตมาเชื่อว่า ในการจัดการศึกษานั้น สิ่งแรกเลย ต้องให้ได้องค์แห่งความรู้กันอย่างทั่วถึง ต้องทำให้ทุกคน ทุกถิ่นทุกที่ สามารถเข้าถึงการศึกษาได้หมด ให้คนรู้จักทั้งทางโลก รู้วิชาการ รู้ทั้งทางธรรม ให้รู้เหตุ รู้ผล รู้ตน รู้ประมาณ รู้กาล รู้บุรุษ รู้ไปเสียทุกอย่างที่ควรรู้ เพื่อให้มีความสามารถในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม ดีงาม และมีความสุข เรื่องนี้จะทำได้อย่างไร ?



ค่าย STEM - ค้นหานักบินอวกาศไทย - ออกแบบแผ่นกันความร้อน 1,500 องศาเซลเซียส วัสดุที่หาได้ในร้านเครื่องเขียน ภาพจาก : https://spaceth.co/stem-camp-space-camp/

อาตมาคิดว่า มันต้องเริ่มจาก ***ทำอย่างไรที่จะให้คนเรียนเกิดอยากเรียนอยากรู้ คือต้องจุดไฟแห่งการอยากเรียนรู้นั้นให้ติด*** ไม่ใช่ไปบังคับให้เด็กเรียน ไม่ต้องอ้อนวอน ไม่ต้องไปขอร้อง แต่ให้เด็กเขาเกิดการอยากเรียนอยากรู้ขึ้นมาเองว่า ไปโรงเรียนแล้วเขาได้อะไรมากมาย ได้รู้หนังสือ ได้ความรู้เรื่องนั้นเรื่องนี้ ได้เจอเพื่อน ได้มีความสุข เป็นการเรียนที่ได้ทั้งรู้ และได้ทั้งความสุข คำว่าขี้เกียจเรียนก็จะไม่มีให้เห็น

มีตัวอย่างของคนที่เกิดไฟแห่งการอยากเรียนรู้นั้นถูกจุดติดให้เห็นอยู่พอสมควร อย่างเช่นในโรงเรียนที่เขาใช้แนวทางการสอนแบบเรียนแล้วสนุก ที่มักจะเรียกทับศัพท์กันไปเลยว่า "Play and Learn" แบบนี้ก็มีหลายโรงเรียนแล้ว แต่เด็กส่วนใหญ่เข้าไม่ถึง และยังมีเด็กอีกจำนวนหนึ่ง ที่มีความมุ่งมั่นในเรื่องใดเรื่องหนึ่งอย่างชัดเจน จนไฟแห่งการอยากเรียนรู้ของพวกเขาจุดติดและลุกโชนเป็นพิเศษ สามารถคิดหาคำตอบที่แสนยากกันได้ และทำให้พวกเขาสามารถประดิษฐ์หุ่นยนต์ที่ค่อนข้างซับซ้อนได้ คิดนวัตกรรมอวกาศได้ จนบางคนได้ไปไกลถึงขั้นได้เข้าร่วมค่ายอวกาศของสหรัฐฯ ที่ต้องผ่านการทดสอบอย่างหนัก ถ้าผ่านการทดสอบได้แล้วก็มีสิทธิ์ก้าวต่อไปเป็นนักวิทยาศาสตร์ขององค์การนาซา (NASA) ได้ หรือเป็นนักบินอวกาศก็ได้ (ดังภาพ) การจัดค่าย STEM Camp ในไทยเมื่อปลายปีที่แล้ว โดยคัดเลือกเยาวชนผ่านข้อสอบแสนยากมาได้ ๒๔ คน แล้วใช้กิจกรรมในค่าย เพื่อคัดเอาเพียง ๔ คน ที่จะได้ไปสัมผัสประสบการณ์ Space Camp ของศูนย์อวกาศสหรัฐฯ

ไฟแห่งการอยากเรียนรู้นั้น ที่จริงก็เป็นธรรมชาติของเด็กอยู่แล้ว เด็กทุกคนมีความอยากรู้อยากเห็นตั้งแต่เริ่มเรียกพ่อเรียกแม่ได้แล้ว เห็นอะไร อยากรู้ว่าสิ่งนี้สิ่งนั้นคืออะไร ก็ถามพ่อแม่ นี่อะไรๆ เด็กนี่จะขยันถามมาก ช่วงกำลังฝึกหัดพูดนี่แหละ แต่พ่อแม่ก็มักจะว่าเขาซนๆๆ ที่จริงมันไม่ใช่เด็กซน แต่เด็กกำลังฝึกการเรียนรู้ ดังนั้นจึงต้องหาวิธีการสืบทอดไฟแห่งการอยากเรียน อยากรู้ ที่เด็กเกิดมีขึ้นเอง ตั้งแต่เรียกพ่อเรียกแม่ได้นั่นแหละ นี่ก็ตรงกับที่นักวิทยาศาสตร์เขาพบกันแล้วว่า เด็กเล็กในวัย ๓ - ๕ ปีนี่แหละที่สมองเขาพัฒนามากที่สุด ธรรมชาติเขาเป็นอย่างนั้นอยู่แล้ว เราจึงต้องช่วย ต้องจุด ต่อให้ติดอย่าให้กลายเป็นว่า พอจะไปโรงเรียนก็ร้องไห้ไม่อยากไปอีกแล้ว ไม่รู้ไปเจออะไรเข้า ซึ่งผลก็คือการใฝ่เรียนใฝ่รู้ของเด็กนั้นมันถูกดับไปแล้ว ทีนี้มันก็จะไปต่อด้วยดีได้ยากแล้ว

ทุกวันนี้ นอกจากเห็นเด็กไปเรียนอย่างมีความสุขบ้าง ไม่มีความสุขบ้างแล้ว เด็กเขาไปไหนกันอีก ไปติว เรียนกันทั้งวันถึงสี่โมงเย็น แล้วยังไปติวต่ออีกจนถึงหกโมง ทำไมล่ะ ? อ้าว...ไม่ติวตอนนี้ ไปติวตอนใกล้สอบ เด็กก็จะเพลีย ก็เลยติวกันทุกวัน แต่ถ้าไฟแห่งการเรียนรู้จุดติดแล้ว เด็กก็จะตั้งใจเรียน ก็ไม่ต้องติว ไม่ต้องถูกบังคับให้เรียน แต่นั่นคือครูก็ต้องไม่หวงความรู้ด้วย ก็มีนะที่ครูบางคนมี **"อาจริยมุฏฐิ"** คือ กำปั้นของครู เป็นกำปั้นที่ไม่ได้เอาไว้ต่อยเด็กนะ แต่กำความรู้ส่วนหนึ่งเอาไว้ ไม่ยอมถ่ายทอดให้เด็กทั้งหมด อ้าว... ทำไมไม่ถ่ายทอดให้ทั้งหมดล่ะ ? ถ้าถ่ายทอดหมด จะเอาที่ไหนไปติวล่ะ ? สำหรับครูที่มีอาจริยมุฏฐิ เขาคงคิดว่า ติวชั่วโมงหนึ่งมันก็ได้มากกว่าเงินเดือนแล้ว ฉะนั้นก็เลยไม่ปล่อยความรู้ทั้งหมด เหลือความรู้เอาไว้ติว อาจริยมุฏฐิก็เป็นอีกส่วนที่ทำให้การศึกษาไม่ประสบความสำเร็จ

เพราะฉะนั้น ในเรื่องการเรียนรู้ นอกจากต้องทำให้เด็กเลิกไปเรียนเพียงแค่ไปพอให้รู้ว่าได้ไปเรียนแล้ว นั่นคือ เมื่อทำให้ไฟแห่งการเรียนรู้ของเด็กจุดติดได้แล้ว เด็กเรียนอย่างมีความสุขได้แล้ว ฝ่ายครูก็ต้องเลิกจำใจสอน เลิกไม่มีกะจิตกะใจที่จะสอน เลิกถ่ายทอดแบบพอให้ได้เงินเดือน ครูจะต้องถ่ายทอดความรู้อย่างเต็มใจ อย่างเต็มที่ด้วย ครูต้องไม่มีอาจริยมุฏฐิ แล้วผู้เรียนก็จะมีความสุข ผู้สอนก็จะมีความสุข ร่วมกันเรียน ร่วมกันสอน มันก็เกิดผลที่ดีได้

อีกอย่าง เด็กของเราเรียนมากเกินไป จนถึงแม้ชอบเรียนยังไงก็เครียดกับการเรียน ไม่มีความสุขกับการเรียน แล้วยังมีการบ้านอีกล่ะ เด็กเราต้องทำการบ้านเยอะมาก นี่ยังไม่นับงานกลุ่ม รายงานเดี่ยว กิจกรรมโรงเรียน โน่นนี่อีกมาก

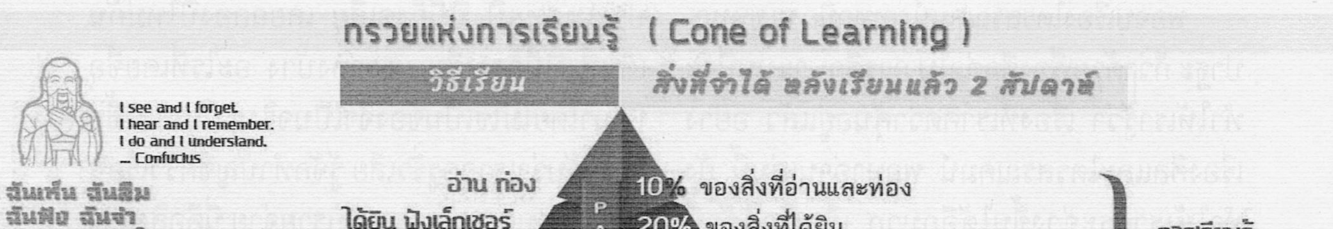
ก็เป็นที่น่ายินดีว่า ตอนนี้กำลังจัดให้มีการเรียนแบบ **"Active Learning"** กันมากขึ้น แทนระบบ "Passive Learning" ที่เป็นการให้เรียนรู้โดยเน้นการอ่านเพื่อท่องจำนั้น เพราะประจักษ์กันแล้วว่า เรียนแบบ Passive Learning นั้นผ่านไปแค่ ๒ สัปดาห์ ผู้เรียนจะจดจำในสิ่งที่เรียนมาได้แค่ ๑๐% การท่องจำนี้ อาตมาก็นั่งขำตัวเอง วิชาที่เรียนมานะ อย่างกัจจายนสูตร อาตมาท่องไว้เมื่อปี ๒๕๒๕ ท่องไว้ ๑ พันเที่ยว พอถึงตอนนี้ บทที่ ๑ ก็ยังท่องได้อยู่ แต่ค่อยๆ ลืมบทอื่นแล้ว เคยท่องคัมภีร์มหาปัฏฐานได้หมด เรียนจนจบมา ๔ รอบแล้ว แล้วก็ท่องๆๆ จนมั่นใจว่าจำได้แน่ เราสอบได้ที่ ๑ ได้คะแนนเต็ม เราไม่ลืมหรอก หนังสือก็ทิ้งได้ ตอนแรกๆ ก็คล่องมากเลย แต่ตอนนี้เหลืออะไร เหลือกระดาษใบเดียว ลืมหมด เรียนมาแล้วไม่ได้ใช้นี่ สุดท้ายมันก็เหลือกระดาษใบเดียว ไม่เหลืออะไรหรอก

เพราะฉะนั้น เรียนแล้วมันต้องได้ใช้ ถ้าได้ใช้จริงๆ มันจะได้ไม่ลืม ถ้าไม่ใช้ก็ลืมจริงๆ

ทีนี้มาว่ากันในเรื่องการศึกษาธรรมะบ้าง ถ้าอยากจะเริ่มศึกษาธรรมะ จะเริ่มอย่างไร จะเริ่มตรงไหน เราจะเรียนอะไรบ้างล่ะ จะเรียนพระอภิธรรมก่อนดีไหม หรือเรียนบาลีเลย หรือเรียนนักธรรม หรือเรียนพระไตรปิฎก อยากจะเรียนหมด ก็เป็นเรื่องที่ดี แต่การเรียนธรรมะนี้ ถ้าเป็นคนมีพื้นมาแล้ว มีปัญญามาแล้ว มีบารมีมาแล้ว จะเอาระดับสูงเลยก็ย่อมได้ จะเอาระดับยอดสูงสุดไปเลยก็ได้

อย่างเช่นพระสารีบุตร ตอนที่ท่านยังเป็นอุปติสสปริพาชก ท่านได้พบและประทับใจในอิริยาบถสำรวมน่าเลื่อมใสของพระอัสสชิเถระ ก็อยากจะทราบว่า ศาสดาของพระอัสสชิ ท่านสอนอะไร พอได้ฟังหัวใจของพุทธศาสนา บท เย ธัมมาฯ *“เย ธมฺมา เหตุปฺปภวา"* *ธรรมเหล่าใดเกิดแต่เหตุ* *"เตสํ เหตุํ ตถาคโต อาห"* พระตถาคตเจ้าทรงแสดงเหตุแห่งธรรมเหล่านั้น *“เตสญฺจ โย นิโรโธ”* และความดับของธรรมเหล่านั้น *“เอวํ วาที มหาสมฺโณติ”* พระมหาสมณะทรงสั่งสอนอย่างนี้ พอท่านฟังมาแค่ถึง *“อาห”* ท่านก็บรรลุโสดาบันแล้ว พอไปบอกต่อเพื่อนสนิทคือ โกลิตปริพาชก ท่านโกลิตะ ซึ่งต่อมาคือพระมหาโมคคัลลานะ ก็ได้บรรลุโสดาบันอีกเหมือนกัน เพราะฉะนั้น คนที่มีพื้นฐานแล้วก็ต่อยอดให้ได้เลย

ส่วนคนอย่างเราที่ยังไม่มีพื้น หรือพื้นยังไม่มากพอนี้ ฟัง *เย ธัมมาฯ* จบไปกี่ครั้งก็ยังไม่บรรลุ ต้องคิดถึงวิธีการแสดงธรรมของพระพุทธเจ้า ซึ่งจะเห็นว่า สำหรับคนที่ยังไม่มีพื้นฐานอะไร พระพุทธองค์ท่านทรงใช้ระบบอนุปุพพิกถาก่อน คือให้เรียนจากง่ายไปหายาก เรียกว่าให้ทำพื้นฐานให้ดีเสียก่อน พอมีพื้นแล้ว ทำฐานไว้ให้กว้างๆ ใหญ่ๆ แล้ว เรียนอย่างอื่นก็เข้าใจมากขึ้นไปเป็นลำดับ เพราะจากพื้นนี้ ก็สามารถต่อขึ้นไปๆ ก็จะมีเป็นชั้นๆ สูงขึ้นไปทีละน้อยไปเป็นลำดับ ก็ทำให้เรียนได้ง่าย เรียนต่อขึ้นไปสูงขึ้นไปได้ โดยจะไม่รู้สึกว่ายาก ถ้าเรียนโดยยังไม่รู้อะไรเลย จะเลือกเรียนหมวดไหนดีล่ะ ก็เลือกเรียนที่ง่าย



กรวยแห่งการเรียนรู้ แสดงการเพิ่มขึ้นของผลลัพธ์ของการเรียนรู้ ที่วัดด้วยอัตราการจดจำความรู้ที่ได้เรียนไปในช่วง 2 สัปดาห์ จากกิจกรรมต่างๆ คือ อ่าน-ฟัง-เห็น-ฟังพร้อมเห็น-แลกเปลี่ยนการเรียนรู้-การปฏิบัติจริง เป็นแนวคิดของ เอดการ์ เดล (Edgar Dale) นักการศึกษาชาวอเมริกัน ที่ยอมรับกันทั่วไป (สรุปสาระจากการอธิบายของ คกก.จัดทำพจนานุกรมศัพท์ศึกษาศาสตร์ร่วมสมัย สนง.ราชบัณฑิตยสภา จาก https://www.dailynews.co.th/article/368619 และ https://itslearningcorner.com/2016-09-cone-learning-creating-active-learners-sensory-integration-hands-experiences/)

ภาพกราฟิก © Copyright Showeet.com

ที่สุด เช่น ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ ซึ่งพูดถึงเรื่องไตรสรณคมน์ ก็คือ "นะโม" ๓ จบ กับ พุทธังสะระณัง คัจฉามิฯ นั่นแหละ แต่ไม่ใช่ไตรสรณคมน์ที่พื้นๆ ตื้นๆ เช่นบอกว่า บทนะโมนั้น สวดได้หลายแบบ มีตั้งแต่นะโม ๑ ชั้น ไปจนถึงนะโม ๑๕ ชั้น การสวดนะโม แต่ละอย่าง ก็แล้วแต่ว่าจะใช้ในโอกาสใด คือ ในงานศพ นิยมสวดนะโมชั้นเดียว การสวดในการรับศีลหรือถวายสังฆทาน เป็นการสวดนะโม ๓ ชั้น สวดตอนเริ่มการเทศน์ จะสวดนะโม ๕ ชั้น การเจริญพระพุทธมนต์ ใช้นะโม ๙ ชั้น และการสวดนะโม ก่อนการเจริญสมาธิเป็นการสวดนะโม ๑๕ ชั้น

ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ ก็เริ่มสอนจากนะโม แล้วต่อไปเป็น พุทธัง สะระณัง คัจฉามิฯ ซึ่งเราก็พอรู้ความหมาย แต่อาจยังเข้าไม่ถึงคำแปลทั้งหมด ซึ่งในเล่มนี้จะบอกไว้ และขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ ยังพูดถึงการเข้าถึงไตรสรณคมน์ว่ามี ๔ วิธี และไตรสรณคมน์มี ๒ ประเภท การขาด ไม่ขาด มี ๒ วิธี เราก็ได้เรียนรู้เรื่องไตรสรณคมน์อย่างครบถ้วน

พอจบเรื่องไตรสรณคมน์ ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ ก็ว่าด้วยเรื่องศีลต่อไป การศึกษาแบบนี้จะทำให้เรารู้ว่า เรื่องที่เราคิดว่าคุ้นอยู่แล้ว อย่างเรื่องศีลและไตรสรณคมน์ พอมาอ่านเล่มนี้ ยังทำให้เรากระจ่างขึ้นได้อีกมาก เรื่องใกล้ตัวที่ง่ายๆ อย่างศีลและไตรสรณคมน์ เราก็ได้ความกระจ่าง ได้ความรู้มาเป็นพื้นฐาน รวมถึงเรื่องมงคลสูตรนี่ก็อยู่ในเล่มนี้เช่นกัน

ในการเรียนธรรมะนั้น เนื้อหารายละเอียดที่ต้องจดจำจะมีมากมาย การท่องจำจึงยังจำเป็นอยู่ ต้องพยายามหาทางจำให้เป็นระบบ มีตัวช่วยบ้าง อะไรบ้าง ถ้าวิธีสมัยโบราณ เขาใช้อักษรย่อ ใช้กลอน ใช้ภาพ ทำ Mind Map มาเป็นตัวช่วย ภาพ Mind Map นี้ มีมาตั้งแต่โบราณแล้ว อาตมาเคยเห็นตามผนังถ้ำบ้าง ตามที่อื่นๆ ก็มีเขาทำเป็นภาพ ๔ สีขึ้นมา เป็นสื่อการเรียนการสอน อีกวิธีที่ใช้กันมากตั้งแต่โบราณมา นั่นคืออักษรย่อ ตรงไหนมันยาก ก็เอามาอธิบายให้เข้าใจแล้วให้จำเป็นอักษรย่อ เช่น สัง วิ ธา ปุ กะ ยะ ปะ คือหัวใจพระอภิธรรม[๑] อา ปา มะ จุ ปะ คือ หัวใจพระวินัยปิฎก[๒] ที มะ สัง อัง ขุ คือ หัวใจพระสูตร[๓] จิ เจ รุ นิ (จิต เจตสิก รูป นิพพาน)[๔] คือ **คำย่อของปรมัตถธรรม**[***]

การปฏิรูป ใน "ปฏิรูปเทส" ของเรา

ประเด็นที่ ๒ คือเรื่องเศรษฐกิจ ช่วงนี้เศรษฐกิจตกต่ำทั่วโลก ไม่ใช่แค่ในประเทศไทย ในระดับนั้น เราคงเข้าไปช่วยทำอะไรไม่ได้มาก นอกจากจะต้องเข้าใจสถานการณ์ให้ดี

ที่สำคัญ เราต้องปฏิบัติตัวให้ "สมควร" กับสถานการณ์แบบนี้ โดยทั่วไป เราก็ต้องหันมาดูแลเรื่องรายจ่ายของเราให้รัดกุมขึ้น ใช้จ่าย "ตามสมควร" ในเรื่องที่ "สมควร" คือรู้จักประหยัด "ตามสมควร" นั่นเอง อย่างถ้าเคยไปเที่ยวต่างประเทศทุกปี ปีนี้ก็งดเสีย เคยฉลองปีใหม่กันเต็มที่ ปีนี้ก็งดเสีย เพลาลงบ้าง อะไรที่เคยซื้อหามาโดยไม่ใช่เป็นของจำเป็นจริงๆ ก็ไม่ต้องซื้อ ก็เท่ากับว่าเราอุดรูรั่วเสีย รู้จักทำบัญชีครัวเรือนไว้ช่วยควบคุมสมดุลรายรับรายจ่าย นี่คือสิ่งแรกที่ต้องทำ อาตมารู้จักอภิมหาเศรษฐี ที่เขาก็เคยหนีไม่พ้นผลกระทบของเศรษฐกิจรุ่นฟองสบู่แตก จนต้องสูญเสียเงินเป็นพันล้าน แต่เขาก็รู้จักลดค่าใช้จ่ายลง ลดความฟุ่มเฟือยต่างๆ นานาลง แล้วก็พบว่า อยู่โดยไม่ต้องฟุ่มเฟือยขนาดนั้นก็ได้ เมื่อลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็น ที่ฟุ่มเฟือยสุรุ่ยสุร่ายลงได้ เขาก็สามารถรักษาส่วนที่เหลือไว้ได้อีกเยอะ

สรุปก็คือ **ขยันหา เก็บรักษาเป็น คบเพื่อนดี ห่างเพื่อนกิน เพื่อนเที่ยว ใช้จ่ายแต่พอเพียง**

ประการต่อไป ขอให้หันมาดูแลตัวเองกันให้ถูก ที่สำคัญคือ วางใจให้ถูก แทนที่จะเอาแต่จิตตก เอาแต่ทุกข์ จมอยู่ในสภาพซึมเซา ก็ต้องใช้ปัญญาทำให้ดีที่สุด ถ้าทำดีที่สุดแล้ว ไม่ได้ผลอย่างที่คาดหวังอย่างเต็มที่ ก็หัดวางใจให้ถูกต่อไป อย่างถ้าเริ่มมีเวลาว่าง ก็หันมาใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ จะหาความรู้ใหม่ๆ ทำตัวให้ทันโลกก็ได้ หันมาหาธรรมะบ้างก็ดี ถือศีล ๕ อย่างเคร่งครัดได้ก็ดี คนที่อยู่ในศีล ๕ ครบถ้วนย่อมได้รับผล ได้รับอานิสงส์มากมาย

มีศีลแล้วก็หันมาหาโอกาสเข้าวัด ฟังเทศน์ฟังธรรมบ้างก็ดี ศึกษาพระธรรมด้วยก็ยิ่งดี อย่างเศรษฐีคนนั้น เขาก็หันมาเข้าวัด มาศึกษาพระไตรปิฎก ก็ได้พบความสุขของชีวิตในอีกด้าน ที่ไม่ต้องใช้เงินมหาศาล เพื่อให้ได้ความสุขฉาบฉวยมา นี่ถ้าไม่เจอเศรษฐกิจแย่ ก็อาจไม่ได้มาเจอพระธรรม ไม่ได้โอกาสมาพัฒนาตนเอง สามารถสร้างความสุข และความเข้มแข็งภายในได้ นี่ก็เป็นการพลิกวิกฤตให้เป็นโอกาสแบบหนึ่ง

ในชีวิตของคนเรานั้น ยังมีเหตุการณ์อีกมากมาย ที่เราจะต้องวางใจให้ถูก ต้องใช้ความอดทนอย่างเต็มที่ เพื่อจะรักษาความหวังสำคัญประการเดียว ก็คือ รักษาตัวให้อยู่รอดให้ได้ ให้พ้นจากวิกฤตนั้นให้ได้ เพื่อจะได้มีโอกาสเดินหน้าต่อไป วิกฤตนั้นมาถึงเราได้ในหลากหลายรูปแบบของเหตุเภทภัย อย่างดินฟ้าอากาศวิปริตเกิดภัยแล้ง เกิดพายุในฤดูหนาว เป็นพายุลูกเห็บอย่างที่เชียงใหม่เพิ่งเจอไป ทำเอาหลังคาบ้านเรือนพังหลายไปหลายหลัง ดินฟ้าอากาศวิปริตสมัยนี้ เราคิดว่าเป็นผลของปรากฏการณ์โลกร้อนและสภาพอากาศแบบเอลนีโญ (El Niño) ที่เกิดขึ้นโดยเฉลี่ยทุก ๕ ปี โดยอุณหภูมิของมหาสมุทรแปซิฟิกอุ่นขึ้นผิดปกติ ก่อให้เกิดทั้งภัยแล้งและอุทกภัย ส่วนลานีญา คืออุณหภูมิมหาสมุทรเย็นลงผิดปกติ ก็ทำให้บางแห่งเกิดวิปริตได้

แต่ในพระไตรปิฎก ใน "วัสสสูตร" (ในพระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๔ อังคุตตรนิกาย ปัญจกฉักกนิบาต) ได้แสดงไว้แล้วว่า สภาพดินฟ้าอากาศที่วิปริตแปรปรวนนั้น ที่แท้ก็เกิดจากมนุษย์นี่แหละ เป็นส่วนสำคัญด้วย คือพวกมนุษย์ไม่ตั้งอยู่ในธรรม ทำสิ่งไม่ดีต่างๆ

ที่สำคัญก็คือ เมื่อเกิดวิกฤตอะไรขึ้น เราก็ต้องหาทางใช้ชีวิตในสถานการณ์นั้นให้ได้ เอาตัวรอดจากเหตุนั้นให้ได้ อาตมาเอง ครั้งหนึ่งเคยตกอยู่ในวิกฤตหนักเหมือนกัน ไปตกอยู่ท่ามกลางสงครามกลางเมือง (ตอนไปศึกษาต่อที่เมียนมา) นั่งเรียนธรรมะอยู่ ก็ต้องคอยก้มหัวหลบกระสุนที่เขายิงเฉียดไปเฉียดมาอยู่ข้างบน อาหารก็มีแต่ข้าวต้มกับเกลือ ให้แค่พอประทังชีพวันละมื้อเดียว ฉันแค่นั้น ก็ต้องทนอยู่อย่างนั้นไปตลอดสี่เดือนเต็มๆ ทำอะไรไม่ได้ แค่หลบกระสุนให้เป็น ให้ปลอดภัย เอาชีวิตรอดให้ได้ ต้องอดทนอยู่ให้ได้ เพื่อจะเรียนให้สำเร็จ

ดังนั้น เมื่อเจอวิกฤต ทุกคนก็ต้องหาทางผ่านมันไปให้ได้ รู้จักทำวิกฤตให้เป็นโอกาสในแบบที่เหมาะกับตนเอง จะรักษาศีล จะศึกษาพระธรรม จะเจริญภาวนา อะไรก็แล้วแต่ เราต้องตั้งใจมั่นไว้ว่า เราจะสร้างความเข้มแข็งจากภายในให้ได้ เราก็จะอยู่รอดปลอดภัย หาทางออกให้เจอ อย่าไปมัวแต่โทษคนอื่น โทษนั่นนี่ โทษตัวเอง อย่าทดท้อ ถ้าทดท้อไปแล้วก็อย่าท้อถอย อย่าคิดว่ามีแต่ทางตันแล้ว ไม่มีทางออกอื่น นอกจากความตาย คนคิดแบบนี้ก็มีไม่น้อยนะ

คนที่คิดผิด น้อยเนื้อต่ำใจ สงสารตัวเอง แต่ไม่เห็นคุณค่าของตัวเอง คิดทางลบ คิดเรื่องร้ายๆ ไปต่างๆ นานานั้น ในหัวของเขาจะเกิด *"ขยะสมอง"* ขึ้นมากมาย จนทำให้เขาคิดสั้น เมื่ออาทิตย์ที่แล้ว อาตมารับนิมนต์ไปเทศน์ที่วัดพระธาตุศรีจอมทอง ที่เชียงใหม่ก็เจอข่าวนักปฏิบัติธรรม ๒ สามีภรรยา ที่เชียงใหม่ ฆ่าตัวตายเพราะปัญหาเศรษฐกิจ

สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นในสังคมทั่วโลก ไม่ใช่มีแต่ในประเทศไทย แต่ปัญหาคนที่คิดฆ่าตัวตายนั้น ถ้ายอมรับได้ว่า ขันธ์ ๕ เป็นทุกข์ ไม่มีอะไรเป็นทุกข์ยิ่งกว่าขันธ์ ๕ และขันธ์ ๕ นั้น มีเกิดขึ้นตั้งอยู่ ดับไป ถ้าเรายอมรับตามนี้ เจอทุกข์ยังไงเราก็จะทนได้ แล้วก็คิดหาทางบำบัดทุกข์ด้วยวิธีต่างๆ ที่จะช่วยผ่อนคลายทุกข์ได้ แก้ปัญหาได้ ไม่ต้องฆ่าตัวตาย แต่ถ้าเราไม่ยอมรับ เอาแต่ไปฝืน มันจะเกิดโทสะ สะสมไปมากขึ้นๆ จนคิดติดลบ เกิดขยะสมอง อาตมาเคยไปเยี่ยมคนไข้ป่วยหนักมาก ในห้องไอซียู เขาทรมานมาก แต่เมื่อยังมีลมหายใจ เขาก็ยังมีโอกาสได้ฟังเสียงสวดมนต์ ได้รับศีล ได้กรรมฐาน เกิดปีติโสมนัสขึ้นมาได้ จนสุดท้ายก็ดีใจจนร้องไห้ แล้วยิ้มแย้มแจ่มใสได้ เขายังมีโอกาสนี้ ที่ยังได้มีความสุขมาก นอนยิ้มได้สบาย *ดังนั้น จึงขอให้ทุกๆ ท่าน จงคิดถึงคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ แล้วดูแลชีวิตของท่านให้ดีที่สุด*

ประเด็นที่ ๓ ในการปฏิรูปใน "ปฏิรูปเทส" ของเรา คือด้านสุขภาพ ในประเทศอันสมควรนี้ ควรต้องมีการดูแลในเรื่องสุขภาพอย่างทั่วถึง คือมีการให้องค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพกันอย่างทั่วถึงก่อน จะเป็นการดีที่สุด แล้วเมื่อเจ็บป่วยขึ้นมา ก็มีบริการสาธารณสุขอย่างเพียงพอ มีโรงพยาบาลเพียงพอ หมอ พยาบาลก็มีเพียงพอ เมื่อมีอย่างนี้ก็ถือว่าใช้ได้

จากนั้น ก็มาดูเหตุที่ทำให้ร่างกายแข็งแรง มีอายุยืน ก็จะมีทั้งอดีตเหตุ และปัจจุบันเหตุ อดีตเหตุนั้นคือ รักษาศีลข้อที่ ๑ เอาไว้ดี ส่วนปัจจุบันเหตุ ก็มีเรื่อง อากาศ อาหาร อารมณ์ ออกกำลังกาย และการขับถ่าย

เรื่องอากาศนั้น ปัจจุบันก็มีปัญหามลภาวะฝุ่นละอองขนาดจิ๋ว พีเอ็ม (PM) 2.5 กำลังเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญ เรื่องอาหาร ก็เจอปัญหาสารพิษ ๓ ตัว คือ ๑) *สารพิษที่พบในธรรมชาติ* เช่น ไซยาไนด์ ๒) *สารปนเปื้อน* เช่น โลหะหนัก ๓) *สารที่เติมลงไปในอาหาร* เช่น สารกันบูด สารแต่งสีแต่งกลิ่น เราก็ช่วยกันแก้ไขไปก็แล้วกัน

ในเรื่องอารมณ์ ก็พยายามมีขันติ ใช้ความอดทนมากหน่อย อย่าหงุดหงิดง่าย

เรื่องออกกำลังกาย ถ้าโยมเดินจงกรม จะได้ประโยชน์มากมาย ทำให้เกิดสมาธิเร็ว ก่อนจะนั่งกรรมฐาน ถ้าเดินจงกรมก่อน จะทำให้เลือดลมไหลเวียนดี ทำให้ร่างกายแข็งแรงดี และเวลานั่งจะเกิดทุกขเวทนาเล็กน้อย เบาบาง ไม่เกิดโทสะ และก็ไม่ต้องเปลี่ยนอิริยาบถเร็วเกินไป ทำให้เกิด



สมาธิได้เร็ว นั่งได้นาน แต่ถ้าไม่เดินจงกรมก่อนนั่งเลย ไม่นานเลือดลมก็จะติดขัด เกิดเหน็บชา เกิดอาการตึงตั้งแต่ปลายขาถึงโคนขา จนเริ่มมึน เป็นเหตุให้ทำสมาธิได้ไม่ดีเท่าที่ควร

สุดท้ายก็เรื่องของการขับถ่ายระบายของเสีย ต้องให้สม่ำเสมอ อย่าให้คั่งค้างอยู่ในร่างกายนานเกินไป

เมื่อทำอดีตเหตุไว้ดีแล้ว แต่เมื่อเกิดเจ็บป่วย ถ้าได้รับยา มีหมอ มีพยาบาล ได้รับบริการทางการแพทย์ที่ดี ก็นับว่าเป็นปฏิรูปเทสแล้ว

คุณสมบัติของปฏิรูปเทสข้อสุดท้าย ข้อที่ ๔ ก็คือ ที่ใดก็ตามที่มีพระรัตนตรัย มีพระพุทธ มีพระธรรม มีพระสงฆ์ ที่นั้นก็เป็นปฏิรูปเทส เป็นประเทศอันสมควร ไทยเราก็มีสิ่งแทนพระ-พุทธเจ้า คือพระพุทธรูป ให้ระลึกถึงพระพุทธเจ้าอยู่ทั่วทั้งประเทศ มีพระธรรม ที่มงคลสูตรนั้นบอกไว้ชัดเจนว่า ประเทศอันสมควรนั้น ต้องมีคำสอนของพระศาสดามีองค์ ๙ คือ นวังคสัตถุ-ศาสน์ หรือพระไตรปิฎก ประเทศไทยเรายังมีพระไตรปิฎกที่สมบูรณ์ และมีพระสงฆ์ ทั้งพระอริยสงฆ์ สมมุติสงฆ์ และสามเณร จำนวนมากกว่า ๓ แสนรูป *(เว็บไซต์ของสำนักงานพระพุทธ-ศาสนาแห่งชาติบอกว่า มีพระภิกษุ ๒๙๘,๕๘๐ รูป และสามเณร ๕๙,๕๘๗ รูป ตามที่สำรวจ ณ วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๒)*

คุณสมบัติข้อนี้ กับอีก ๓ ข้อที่กล่าวไว้ข้างต้น คือ มีปฏิรูปด้านการศึกษา ด้านเศรษฐกิจ และด้านสุขภาพแล้ว จึงทำให้ไทยเป็นปฏิรูปเทส ประเทศที่สมควรอย่างชัดเจน แต่เป็นประเทศที่สมควรแล้ว พวกเราที่อาศัยอยู่ในประเทศที่สมควรนี้จะได้รับผลพวงอะไร อย่างไร จากการทำให้เป็นปฏิรูปเทส เราก็มีสิทธิ์ที่จะได้สิ่งที่ดียอดเยี่ยม ๖ อย่าง ที่เรียกว่า **อนุตตริยะ ๖ ประการ**

อนุตตริยะ ๖ ประการ คือ

● อย่างแรก **ทัสสนานุตตริยะ** เราไปทางไหนก็ได้เห็นแต่ของสวยงาม ถูกอกถูกใจ มากกว่านั้นยังได้เห็นสมณะ มากกว่านั้น ยังได้เห็นไปถึงเห็นรูป เห็นนาม แล้วจากนั้น ก็ยังมีสิทธิ์ได้ดวงตาเห็นธรรม คือเห็นแจ้งไตรลักษณ์ เห็นตลอดอริยสัจทั้ง ๔

● อย่างที่ ๒ **สวนานุตตริยะ** การฟังอันยอดเยี่ยม คือคำด่า คำตำหนิ ติฉินนินทา ไม่ได้ยินมีแต่คำที่ทักทายกัน สมัครสมานสามัคคี ได้ยินเสียงเพลง เสียงบทกวี มากกว่านั้น ยังได้ยินเสียงสวดมนต์ มากกว่านั้น ยังได้ยินเสียงพระเทศน์

● อย่างที่ ๓ **ลาภานุตตริยะ** ได้ลาภอันยอดเยี่ยม ลาภก้อนแรกเลยคือ *อโรคยา ปรมา ลาภา* ความไม่มีโรคเป็นลาภอย่างยิ่ง ลาภก้อนที่ ๒ คือ อริยทรัพย์ ที่สำคัญคือ ได้เกิดศรัทธา พอเกิดศรัทธาแล้ว ทานก็ให้ ศีลก็รักษา ภาวนาก็เจริญ สามอย่างนี้เป็นลาภที่เกิดจากศรัทธา ที่ทำให้เราได้ให้ทาน ทำให้เราได้ใช้ปัจจัย ๔ ในสังสารวัฏอีกยาวนาน

● อย่างที่ ๔ **สิกขานุตตริยะ** การศึกษาอันยอดเยี่ยม ได้ศึกษาอะไร ? ได้ศึกษาไตรสิกขา คือ ***ศีลสิกขา*** ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องของศีล ได้รู้จักต้นทุนชีวิตคือศีล ๕ ***จิตตสิกขา*** ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องของสมาธิ ทำให้เรามีความสุขโดยไม่ต้องพึ่งวัตถุ ***ปัญญาสิกขา***ก็ศึกษาเรื่องปัญญาให้รู้ว่าร่างกายเราเป็นแค่รูป ใจเป็นแค่นาม รู้ว่ารูปนามไม่เที่ยง เป็นไตรลักษณ์ เป็นอนิจจัง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา *แม้จะศึกษาวิชาการทางโลกได้เก่งขนาดไหน ก็ดูแลชีวิตได้ชาติเดียว แต่วันไหนได้ศึกษาเรื่องศีล เรื่องสมาธิ เรื่องปัญญา จะได้ใช้ตั้งแต่ชาตินี้ไปจนถึงพระนิพพาน*

● อย่างที่ ๕ **ปาริจริยานุตตริยะ** ได้การปรนนิบัติอันยอดเยี่ยม ปรนนิบัติใครบ้าง ? สิ่งแรก คือ ได้มีโอกาสปรนนิบัติพ่อแม่ ได้มีการปรนนิบัติผู้สูงอายุ โอกาสที่จะได้มีการปรนนิบัติผู้สูงอายุนี้มียาก เพราะฉะนั้น บางทีเราไม่เห็น ที่มากกว่าการปรนนิบัติผู้สูงอายุล่ะ ? ก็คือได้มีโอกาสปรนนิบัติพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ปรนนิบัติพระพุทธ ก็คือเอาดอกไม้ธูปเทียน ของหอม ไปบูชา ปรนนิบัติพระธรรม เวลามีใครแสดงธรรม มีใครเทศน์ มีใครสอน ก็หาน้ำดื่ม เอาอะไรไปให้ ไปถวาย เป็นลักษณะนี้ เรียกว่าปรนนิบัติพระธรรม ปรนนิบัติพระสงฆ์ ก็คือมีโอกาสเข้าไปรับใช้พระสงฆ์

● อย่างที่ ๖ **อนุสสตานุตตริยะ** ได้การระลึกอันยอดเยี่ยม ปีใหม่ระลึกถึงกันก็หาของขวัญไปฝาก ระลึกถึงผู้ที่จากไปแล้วก็ทำบุญอุทิศส่วนกุศลไปให้ แล้วก็ได้นึกถึงบุญกุศลที่เราเคยทำไว้แต่ก่อน เช่น เราเคยให้ทาน เคยไปทำบุญที่นั่นที่นี่ ที่มากกว่านั้นก็คือ ได้ระลึกถึงพระรัตนตรัย คือ พุทธานุสติ ธัมมานุสติ สังฆานุสติ

ที่สำคัญคือ หากใครได้อนุตตริยะอย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว ก็จะสามารถที่จะเห็นแจ้งในพระนิพพานได้ บรรลุเป็นพระอริยบุคคลขั้นต่างๆ ได้ อนุตตริยะเหล่านี้ จึงทำให้การที่เราอยู่ในประเทศที่สมควรนั้น เป็นมงคลอย่างยิ่ง เพราะเป็นถิ่นที่มีปัจจัยเกื้อหนุน ให้ได้สร้างบุญกุศลและให้สามารถทำให้แจ้งในพระนิพพานอยู่อย่างมากมาย

เมื่อเราได้อยู่ในถิ่นอันสมควรพอประมาณ หรือที่ดีได้ดังใจแล้ว สิ่งที่ควรทำต่อไปก็คือ ***เราจะพัฒนาถิ่นอันสมควรของเราให้ดีขึ้นได้ไหม ? อย่างไร ? ช่วยรักษาสภาวะที่ดีแล้วนั้นไว้ได้อย่างไร ?***

เรื่องแบบนี้ ถ้าเราทำอะไรได้ ก็ควรช่วยทำอย่างเต็มความสามารถ เช่น จะช่วยทำให้ถิ่นของเรามีความเป็นรมณียสถานขึ้นได้อย่างไร ก็ช่วยทำความสะอาด ดูแลไม่ให้มีขยะเกลื่อนกลาด หรือช่วยปลูกต้นไม้ ถ้าประเทศยังไม่มีการศึกษาดีพอ ก็ช่วยกันทำให้มีการศึกษาดีขึ้น ถ้าประเทศยังไม่มีความสงบ ก็ช่วยกันทำให้มีความสุขสงบ ถ้าประเทศยังไม่เจริญในด้านใด ก็ช่วยกันทำให้เจริญ ให้มีการพัฒนารอบด้าน

หรือหากเคยเป็นถิ่นที่ดีมาก เหมาะสมมาก แต่ภายหลังมีสิ่งที่เราควบคุมไม่ได้ เข้ามาทำให้ถิ่นดีๆ เสื่อมลง แย่ลง โดยเฉพาะมลภาวะต่างๆ เช่น ฝุ่นละออง และขยะ เราจะทำอย่างไรดีที่จะทำให้ที่อยู่อาศัยของเรากลับมาเป็นปฏิรูปเทสเป็นประเทศที่สมควรดังเดิม เช่น ที่วัดจากแดง ซึ่งเมื่อก่อนนี้มีภูมิทัศน์ที่สะอาด งดงาม แต่ในช่วงหลัง กลับกลายเป็นแหล่งที่ขยะจากทั่วประเทศไหลมาตามแม่น้ำเจ้าพระยา แล้วมารวมกันอยู่ที่วัด ซึ่งเป็นปากทางออกสู่อ่าวไทย เรื่องขยะจึงกลายเป็นปัญหาใหญ่ ที่ต้องมีวิธีการจัดการที่ถูกต้อง แม้ที่อื่นๆ ก็มีขยะท่วมท้นล้นอยู่หลายแห่งมาก ทำยังไงดี ? ก็ช่วยกันเก็บ เก็บแล้วเอาไปไหน ? ถ้าเป็นเศษอาหารก็เอาไปทำปุ๋ยตามอัธยาศัย ถ้าทำไม่เป็น ที่วัดจากแดงสอนให้ เรื่องการจัดการขยะนี้ วัดจากแดงทำไว้มากมาย

เรื่องปัญหาสิ่งแวดล้อม นอกจากเรื่องขยะที่จัดการได้แล้ว วัดจากแดงยังกำลังเผชิญกับปัญหาอื่นอีก คือ น้ำเค็มรุกล้ำอย่างหนัก จนระบบการกรองด้วยพืชผักธรรมชาติ อย่างชะครามกกธูป โกงกาง พืชพวกนี้ก็รับมือไม่ไหวกันแล้ว น้ำมันกร่อยมากเกินไป กร่อยจนเค็มจัดเลย ซึ่งก็เป็นปัญหาใหญ่ สำหรับชาวบ้านรอบๆ วัดด้วย ทางวัดก็ศึกษา หาวิธีแก้ไข ไปศึกษาจากโครงการ

แหลมผักเบี้ย ว่าเขาใช้อะไรสู้น้ำเค็มบ้าง แต่ในที่สุดก็พบว่า อะไรก็สู้ไส้กรองเมมเบรนของเครื่องกรองน้ำแบบ RO (Reverse Osmosis) ไม่ได้ เพราะมันกรองเกลือออกได้เลย (Desalination) ทำน้ำเค็มให้เป็นน้ำจืดได้เลย ก็เลยพอจะใช้เครื่องนี้สู้ไหว แต่ในต่างจังหวัดที่อื่นๆ เขาใช้วิธีเจาะน้ำบาดาล แล้วก็ได้แค่น้ำกร่อย เขาก็ใช้น้ำกร่อยนั่นแหละ ทั้งในการอุปโภคบริโภค ถ้าได้เครื่องกรอง RO เครื่องเดียว ก็ช่วยเขาได้ทั้งหมู่บ้านเลย ตอนนี้เรากำลังเผชิญกับภัยธรรมชาติที่มองไม่เห็นอย่างหนัก ใครที่เห็นว่าเป็นภัยจริงก็ขอให้ช่วยๆ กันในเรื่องนี้ด้วย

(๒) มงคลข้อที่ ๒ ของคาถาที่ ๒ นี้คือ *"ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา"* มีบุญได้กระทำแล้วแต่กาลก่อน คือเคยทำบุญไว้ในชาติก่อนๆ หรือตั้งแต่ตอนเด็กๆ หรือในอดีตของเราในชาตินี้

การที่โยมมานั่งฟังเทศน์กันอยู่นี้ ยอมทิ้งสิ่งอื่นที่น่าสนุกและสบายกว่า ไม่ต้องมานั่งทนหนาว ทนหลังขดหลังแข็งอยู่อย่างนี้ ที่มากันนั้นไม่ได้มาแค่เพราะมีคนชวนมา แค่ได้ทราบข่าวจากทางยุวพุทธฯ และไม่ใช่แค่เพราะพระเทศน์ดี แต่ที่ได้มา ก็เพราะบุญเก่ามากระตุ้นเตือน ให้ละทิ้งความสุขทางโลก ให้มาหาทางธรรม มาหาสิ่งที่ได้ประโยชน์บ้าง ถ้าบุญเก่าไม่ได้มาเตือน ก็จะไม่อยากมาฟังเทศน์หรอก จะหาเหตุให้ไม่อยากมาต่างๆ นานา คนเยอะไปบ้างละ ฟังไปก็ไม่รู้เรื่องบ้างละ เมื่อยก็เมื่อย หนาวก็หนาว กลับบ้านดีกว่าไปทำอย่างอื่นดีกว่า ดังนั้น ไม่ว่าจะมีของดีขนาดไหนไว้ให้ แต่ถ้าบุญเก่าไม่มากระตุ้นเตือน ใจก็ไม่ใฝ่หา ไม่ใฝ่รู้ใฝ่เรียน ไม่ใฝ่ปฏิบัติ ไม่ใฝ่พัฒนาขึ้นมา แต่ถ้าใฝ่สิ่งเหล่านี้ ก็ต้องขอบคุณบุญเก่าที่มากระตุ้นเตือนเรา คือ **"ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา"** นี่ละ นี่จึงเป็นสิ่งสำคัญ และเป็นมงคล

แต่ถ้ารู้สึกว่า เราไม่ค่อยมีบุญเก่าเลย จะทำอะไรได้ไหม ? ทำได้ พ่อแม่ที่รู้วิธีก็ช่วยลูกได้ เช่น ฝึกให้ลูกรู้จักทำบุญไว้ตั้งแต่เด็ก หรือแม้ตั้งแต่ลูกยังไม่มาเกิด พ่อแม่ก็สวดมนต์ไหว้พระก่อนนอน พอลูกมาอยู่ในครรภ์แล้ว ก็ชวนลูกสวดมนต์ไปด้วยกัน จะไปทำบุญใส่บาตร ก็พูดชวนลูกในครรภ์ทำบุญไปด้วย บอกลูกเป็นเรื่องๆ ไปเลย ลูกใส่บาตรนะ ลูกถวายน้ำพระพุทธนะ ลูกสวดมนต์บทนั้นบทนี้นะ ชวนลูกทำบุญมาตั้งแต่เขายังอยู่ในครรภ์ พอเกิดมาแล้ว โตหน่อยก็พาเขามาเข้าวัด

อาตมาเคยสอนนะโมให้เด็กเล็กๆ หลายคนแล้ว แค่เพิ่งจะเรียกพ่อเรียกแม่ได้นี่แหละ เขาก็สวดตามได้ แม้จะยังพูดไม่ชัด พ่อแม่ก็ฝึกให้ลูกได้ตั้งแต่ช่วงนี้เหมือนกัน จะเปิดเทปเสียงสวดมนต์บทต่างๆ ให้เขาฟังอยู่ที่บ้านก็ได้ผลเหมือนกัน มีเด็กบางคน พ่อแม่มาเล่าให้ฟังว่า เขาขับรถอยู่ ลูกนั่งข้างหลัง แล้วได้ยินเสียงลูกสวดมนต์ *"เหตุปัจจะโย อารัมมะณะปัจจะโย..."* โยมนี้ตอนตั้งครรภ์ เขามาขออัดเทปที่อาตมาสวดไปเปิดให้ลูกในท้องฟังทุกวัน

นี่แหละ ให้เด็กได้ฟังทุกวันๆ ก็จะเห็นผลได้ เขาก็จะจำได้ เด็กเล็กๆ ที่ฝึกแบบนี้ไว้ แค่ในวัยเพิ่งเรียกพ่อเรียกแม่เป็นนี่แหละ เขาสามารถสวดปัฏฐานก็ได้ สวดมงคลสูตรก็ได้ด้วย ฝึกเขาทำบุญ ถือศีล สวดมนต์ไว้ ตั้งแต่เด็กนี่แหละ การช่วยเขาสร้าง "ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา" เอาไว้ตั้งแต่อยู่ในครรภ์ เป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะกาลก่อนเกิดของลูกเป็นอย่างไร เราไม่อาจรู้ได้ แต่เราสามารถช่วยสร้างบุญไว้ให้เขาตั้งแต่อยู่ในครรภ์ได้ เป็นช่วงที่ช่วยแก้อัธยาศัยไม่ดี ที่ลูกอาจมีติดตัวมาตั้งแต่ชาติก่อนๆ ได้ และยังเป็นการสร้างนิสัย สร้างความคุ้นชินกับการทำบุญต่อไปด้วย พ่อแม่บางคนบ่นว่าลูกไม่อยากเข้าวัด นั่นก็เพราะไม่ได้ชวนลูกไว้ตั้งแต่เขาอยู่ในครรภ์

นอกจากนั้น เพราะ "ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา" เป็นบุญได้กระทำแล้วแต่กาลก่อน คือที่ทำไว้ในอดีตของเราเองก็ได้เหมือนกัน เช่น ตอนเรายังเป็นเด็ก ได้เรียนหนังสือไว้ดี โตมาก็ได้ทำงานที่ดี ฉะนั้น ถ้าเราสร้างเหตุที่ดีไว้ในอดีตในชาตินี้ของเราไว้ อย่างทำไว้เมื่อยังเด็ก เช่น เรียนไว้แล้ว อย่างเมื่อวานนี้ได้ทำบุญไว้ ก็เป็น "ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา" ได้ เราก็ไม่ต้องจิตตกว่า เป็นคนมีบุญมาจากชาติก่อนแค่น้อยนิด แล้วชีวิตนี้จะทำอะไรให้ดีขึ้นอีกไม่ได้ เราทำในชาตินี้ได้เหมือนกัน เราสามารถเตรียมสิ่งดีๆ ในด้านต่างๆ ไว้ ตั้งแต่ความรู้ วิชาการ ทักษะต่างๆ นานา มีแล้วก็เป็นทุนให้มีชีวิตที่ดีได้ แล้วก็หมั่นสร้างบุญกุศลต่อไป นั่นก็เป็นมงคล ให้ผลความดีตั้งแต่ชาตินี้ไปจนชาติหน้าได้เหมือนกัน

(๓) มงคลข้อที่ ๓ ของคาถาที่ ๒ นี้คือ *"อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ"* ตั้งตนชอบ ตั้งจิต*คิดจะพัฒนาตนเอง*

คนที่ไม่มีศีล ไม่มีศรัทธา เป็นคนตระหนี่ ถ้าทำให้มีศีล ให้ถึงพร้อมในศรัทธา ให้ถึงพร้อมในบริจาคในการเสียสละ ถ้าทำสิ่งเหล่านี้ขึ้นมาได้ นั่นคือมีใจคิดจะพัฒนาตัวเองขึ้นมาแล้ว ก็คือเป็นการตั้งตนไว้ชอบ การตั้งตนไว้ชอบก็ดูที่ ๓ ประการนี้

การตั้งตนชอบ หมายถึง การดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมาย ด้วยความถูกต้องและสุจริต อยู่ในสัมมาอาชีพ มีแผนการที่จะไปให้ถึงจุดหมายนั้นด้วยความไม่ประมาท มีการเตรียมพร้อม และมีความอดทน ไม่ละทิ้งกลางคัน

อย่างถ้าเราเป็นคนไม่มีศรัทธา เราพยายามไปคบกับคนที่มีศรัทธา เพื่อสร้างศรัทธาให้เกิดในใจของเรา ถ้าเราเป็นคนไม่ชอบรักษาศีล พยายามไปคบกับคนที่ชอบรักษาศีล สรรเสริญเรื่องศีล อธิบายเรื่องศีล เพื่อให้เรามีจิตน้อมไปรักษาศีล ถ้าเราเป็นคนไม่มีสมาธิ ไปคบกับคนที่เขาทำสมาธิ ชอบเรียนรู้เรื่องการทำสมาธิ เพื่อทำให้ใจเราน้อมไปที่จะปฏิบัติสมาธิ ถ้าเรายังไม่มีปัญญา ไม่มีวิปัสสนาปัญญา ไปคบคนที่เขามีปัญญา เพื่อพัฒนาให้ปัญญาของเราเกิดขึ้นๆ ตามลำดับ นี่เป็น *"อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ"* ตั้งตนไว้ชอบ ตั้งจิตคิดจะพัฒนาตนเอง

เพราะฉะนั้น *"อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ"* ตั้งตนไว้ชอบ ตั้งจิตคิดจะพัฒนาตนเอง จึงเป็นเรื่องสำคัญมากๆ ถ้าเราไม่ตั้งจิตคิดจะพัฒนาตนเอง จะเกิดอะไรขึ้น ? แบบนี้คนที่จะสอนเขาก็เหนื่อย เพราะเราไม่ตั้งจิตคิดจะพัฒนาเองเลย แต่ถ้าเราตั้งจิตที่จะพัฒนา ก็จะสอนง่ายมาก เพราะเราอยากเรียนอยากรู้ เรามีไฟแห่งการอยากเรียนอยากรู้ ซึ่งสำคัญมาก เพราะไฟแห่งการอยากเรียนอยากรู้ ทำให้รู้จักตั้งจิตคิดจะพัฒนาตนเอง นี่เป็นมงคลชีวิต

ยุวพุทธฯ เคยจัดเทศน์ **"เอตทัคคะ"** เราฟังแล้วก็จะได้ทราบว่า อ๋อ เรื่องเป็นอย่างนี้นี่เอง แล้วเราอยากจะเด่นทางด้านไหน ก็ดูพระเถระที่เลิศทางด้านนั้น ศึกษาดูว่าท่านเป็นเลิศด้านไหน

ถ้าเราอยากบรรลุธรรมก่อนใครทั้งหมด ทำอย่างไรดี ? ก็ทำเหมือนพระอัญญาโกณฑัญญะ ทำบุญอะไรก็ตาม ท่านก็บอกว่า *"อะหัง ปะฐะมัง"* ข้าพเจ้าจะลงมือทำเป็นคนที่หนึ่ง ด้วยความที่ข้าพเจ้าทำคุณงามความดีอะไรก็ตาม ก็ทำก่อนกว่าใครทั้งหมด จึงขอให้ข้าพเจ้าได้ดวงตาเห็นธรรมเป็นคนแรก ก่อนใครทั้งหมดในบรรดามนุษย์ทั้งหลาย

เมื่อปัญจวัคคีย์ ๕ องค์ ฟังธัมมจักกัปปวัตตนสูตรจบแล้ว ก็มีพระอัญญาโกณฑัญญะได้บรรลุองค์เดียว เพราะทำอะไรท่านก็ตั้งจิตว่า "อะหัง ปะฐะมัง" ข้าพเจ้าจะทำเป็นคนที่หนึ่ง

หรือถ้าชอบพระสารีบุตรที่เลิศทางปัญญา ก็ทำอะไรให้เหมือนพระสารีบุตร ตั้งจิตจะพัฒนาให้เหมือนพระสารีบุตร เลื่อมใสปฏิปทา เลื่อมใสความเด่นของท่าน แล้วก็ทำบุญ และตั้งปรารถนาให้เลิศทางปัญญาเหมือนพระสารีบุตร

เราต้องการอะไร ก็ดูปฏิปทา แล้วดำเนินชีวิตไปตามนั้น อันนี้คือเรื่องของเอตทัคคะ อาตมาเอง ทำอะไรมาล่ะ มาเลิศทางเก็บขยะ ! ในสมัยพุทธกาลไม่มีใครเลิศทางเก็บขยะ

ในการรักษาความสะอาดเรียบร้อยนั้น มีสิ่งสำคัญที่ญาติโยมที่ท่านรณรงค์ช่วยกันเก็บขยะถุงพลาสติก ท่านควรได้รู้อานิสงส์ในการทำความสะอาดเก็บกวาด ถ้าท่านผู้ใดยังไม่รู้ ก็ช่วยจดช่วยจำเอาไว้ว่า ถ้าเราเก็บกวาดทำความสะอาดเราจะได้อะไรบ้าง

(๑) มนุษย์รักใคร่ ใครเห็นใครก็รัก (๒) เทวดารักใคร่ เทวดาชอบความสะอาด (๓) มีความสุขใจ ถ้าป่วยเป็นโรคผิวหนังก็จะหาย (๔) ได้ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า (๕) วิมานในสวรรค์เกิดรอท่านแล้ว อันนี้เป็นเรื่องจริง มาจากพระไตรปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต ไปเปิดดูได้ อาตมาไม่ได้คิดเองเออเองขึ้นมา เพราะรัฐบาลเขารณรงค์เรื่องนี้อยู่ ไม่ใช่ตามกระแส แต่เรื่องแบบนี้มีมานานแล้ว

พระพุทธเจ้านั่นละ ท่านทรงเป็นต้นแบบการรีไซเคิลมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลแล้ว สมัยนั้นจีวรของพระสงฆ์เกิดจากการที่พระพุทธเจ้าทรงนำผ้าที่ทิ้งตามกองขยะหรือผ้าห่อศพมาอธิษฐานขอใช้ผ้าเหล่านี้ เอามาทำเป็นจีวร เรียกว่า *'การชักผ้าบังสุกุลจีวร'* แล้วนำผ้าเหล่านั้นมาซัก ย้อมด้วยน้ำด่างน้ำฝาด เพื่อฆ่าเชื้อ แล้วก็มาเย็บเป็นจีวร เมื่อจีวรเริ่มเก่า พระพุทธองค์จะเอาไปเป็นผ้าปูนอน ผ้าปูนอนผืนเดิม ท่านเอามาทำเป็นผ้าเช็ดเท้า ผ้าเช็ดเท้าผืนเดิม ท่านเอาไปผสมดินเหนียวโบกฉาบทากุฏิ ก็ไม่มีอะไรต้องเหลือให้ทิ้งเลย เหล่าพระสงฆ์ก็ใช้จีวรตามแนวทางนั้นคือ ใช้อย่างเกิดประโยชน์สูงสุด เท่าที่ผ้า ๑ ผืนจะทำได้ จนสิ้นอายุขัยของมัน นี่เป็นระบบรีไซเคิลสมัยพุทธกาลที่พระพุทธเจ้าท่านทำมา ๒,๖๐๐ กว่าปีแล้ว ไม่ใช่ว่าอาตมาจะมาเกาะกระแสโน้นกระแสนี้ ในพระไตรปิฎกมีบอกไว้ทั้งนั้น

ปัจจุบัน วัดจากแดงนำสิ่งที่ถูกทิ้งแล้ว มาทำจีวร อ่านเรื่อง "จีวร Upcycling จากขยะพลาสติก" ได้จาก QR code นี้ →

ในสมัยพุทธกาล มีเรื่องน่าสนใจเกี่ยวกับการกำจัดขยะ เมื่อค่ำคืนหนึ่ง มีเทวดาลงมาจากสวรรค์ แล้วก็มาทูลถามพระพุทธองค์ว่า

"อนฺโตชฏา พหิชฏา ชฏาย ชฏิตา ปชา
ตํ ตํ โคตม ปุจฺฉามิ โก อิมํ วิชฏเย ชฏํ ฯ"

คำแปลคือ *"อนฺโตชฏา"* ขยะภายใน *"พหิชฏา"* ขยะภายนอก *"ชฏาย ชฏิตา ปชา"* สัตว์โลกถูกขยะภายนอกขยะภายใน หุ้มห่อรึงรัดผูกมัดให้ติดอยู่ในภพทั้ง ๓ แล้ว

"ตํ ตํ โคตม ปุจฺฉามิ" ข้าแต่พระโคดมผู้เจริญ ข้าพเจ้าขอทูลถามพระพุทธองค์ว่า *"โก อิมํ วิชฏเย ชฏํ"* ใครบ้าง มีความสามารถที่จะกำจัดขยะภายนอก และขยะภายใน ให้แก่สัตว์โลกได้

พระพุทธองค์ตรัสตอบเทวดาว่า

"สีเล ปติฏฺฐาย นโร สปญฺโญ จิตฺตํ ปญฺญญฺจ ภาวยํ
อาตาปี นิปโก ภิกฺขุ โส อิมํ วิชฏเย ชฏํ."

แปลว่า คนที่กำจัดขยะภายนอกและขยะภายในได้ จะต้องเป็นคนที่มีคุณสมบัติดังต่อไปนี้คือ

(๑) **"สีเล ปติฏฺฐาย"** ต้องตั้งอยู่ในศีล

(๒) **"นโร สปญฺโญ"** มีปัญญาตั้งแต่เกิด โดยปฏิสนธิด้วยติเหตุ* *(ผู้มีปัญญาโดยปฏิสนธิมาด้วยปัญญา อันเป็นไตรเหตุอันเกิดแต่กรรม)*

(๓) **"จิตฺตํ"** พัฒนาจิต คือ ทำสมถะ

(๔) **"ปญฺญญฺจ ภาวยํ"** พัฒนาปัญญา คือเจริญวิปัสสนา

(๕) **"อาตาปี"** มีความเพียรต่อเนื่อง

(๖) **"นิปโก"** มีปัญญาในการบริหารตน

"ภิกฺขุ" ผู้เห็นภัยในขยะทั้งสอง **"โส อิมํ วิชฏเย ชฏํ"** คือคนที่มีคุณสมบัติ ๖ ประการดังกล่าวมาแล้วนั้น จึงจะสามารถกำจัดทั้งขยะภายในและขยะภายนอกได้

"ขยะภายนอก" ก็คือ ขยะอินทรีย์ อนินทรีย์ ขยะเปียก ขยะแห้ง ขยะมีพิษ ไม่มีพิษ เหล่านี้

"ขยะภายใน" คือ กิเลส ตัณหา (กิเลส ๑,๕๐๐ ตัณหา ๑๐๘ นั่นแหละ)

"คนที่มีคุณสมบัติ ๖ ประการ" คือ

๑) <u>ต้องมีศีลในระดับจตุปาริสุทธิศีล</u> คือ ศีล ๔ ด้านต้องบริสุทธิ์ ได้แก่ (๑) *ปาติโมกขสังวรศีล* คือ รักษาศีล ๕ ตามปกติ (๒) *อินทรียสังวรศีล* คือ สำรวม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ (๓) *ปัจจัยสันนิสิตศีล* พิจารณาปัจจัย ๔ ก่อนใช้สอย (๔) *อาชีวปาริสุทธิศีล* เลี้ยงชีพบริสุทธิ์ เว้นจากมิจฉาชีวะ ๕ ประการ *(การค้าอาวุธ การค้ามนุษย์ การค้าสัตว์ ขายเพื่อฆ่าเอาเนื้อ การค้าของเมา การค้ายาพิษ)* โดยคนที่จะมีศีล ๔ ด้าน ที่บริสุทธิ์ได้ ข้อแรกเลยคือ จะต้องเป็นคนมีวินัย

๒) <u>ต้องมีปัญญา</u> สามารถมองเห็นว่า ขยะเหล่านี้ จะกำจัดได้อย่างไร

๓) <u>ต้องพัฒนาจิต</u> คือ ถ้าคนที่จิตใจต่ำก็ยังกำจัดไม่ได้ เพราะยังชอบอยู่กับขยะ ในที่นี้หมายถึง นิวรณ์ ๕ คือ *กามฉันทะ ถีนมิทธะ* (ขี้เกียจ ท้อแท้ อ่อนแอ หมดอาลัย ไร้กำลังทั้งกายใจ ไม่ฮึกเหิม) *อุทธัจจะกุกกุจจะ* (ความคิดซัดส่าย ตลอดเวลา ไม่สงบนิ่งอยู่ในความคิดใดๆ) *วิจิกิจฉา* (ความไม่แน่ใจ ลังเลใจ สงสัย กังวล) และ *พยาบาท* (ความคิดปองร้าย)

นิวรณ์ทั้ง ๕ คือขยะภายใน ขยะของจิตใจ ถ้าไม่ดึงจิตใจออกมาจากนิวรณ์ทั้ง ๕ ใจก็หมกมุ่นอยู่กับขยะ ซึ่งเป็นขยะสมอง ขยะกิเลส ก็ต้องพัฒนาจิตคือทำสมถสมาธิ

๔) <u>ต้องทำใจให้สูง</u> คือทำวิปัสสนาสมาธิ ทำแล้วขยะสมอง คือนิวรณ์ทั้ง ๕ ก็ไม่มี นี่คือสิ่งสำคัญเพราะเมื่อเจริญวิปัสสนา เมื่อเห็นรูปเห็นนาม คือเริ่มเห็นชัดเจนแล้ว

๕) <u>ต้องมีความเพียร ทำให้ต่อเนื่องไป</u> เป็นการเผากิเลส

๖) <u>ต้องมีปัญญาในการบริหารตน</u> เช่น ให้รู้จักจัดแบ่งเวลา เวลานี้สำหรับเรียน เวลานี้สำหรับถามปัญหา เวลานี้สำหรับทำความสะอาด รู้จักบริหารจัดเวลา ช่วงไหนจะทำอะไร

เรื่องนี้มาจากพระไตรปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ เล่มไหน ลองไปเปิดดู หรือใช้คำค้นว่า **สีเล ปติฏฺฐาย** ก็ได้

คุณสมบัติ ๖ ประการนี้ อยากฝากผู้อ่านทุกท่านว่า ขยะภายนอกนี้ มันก็รกรุงรังสุดๆ ขยะภายในนี้ก็รกรุงรังสุดๆ เราจะต้องสร้างให้เกิดมีคุณสมบัติทั้ง ๖ ข้อนี้ให้ได้ แล้วขยะภายนอกภายใน จะรกรุงรังแค่ไหน ก็กำจัดได้

อยากจะเชิญชวนว่า ปีใหม่ปีนี้ ทำใจให้ปลอดขยะ ทั้งขยะภายนอกและขยะภายใน จะได้เป็นมงคลชีวิต ในมงคลข้อที่ว่า *"ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ เอตัมมังคะละมุตตะมังฯ"*

---
*ติเหตุ คือ เหตุ ๓ ได้แก่ อโลภเหตุ อโทสเหตุ และ อโมหเหตุ



และหวังว่า มงคล ๓๘ ประการ ในคาถาที่ ๒ การอยู่ในประเทศที่สมควร การทำบุญไว้ในชาติปางก่อน และ การตั้งจิตคิดจะพัฒนาตนเอง มงคลทั้ง ๓ นี้ จะเกิดขึ้นในใจของทุกๆ ท่าน ให้ทุกท่านประสบความสำเร็จในชีวิต ได้มนุษยสมบัติ สวรรคสมบัติ และสุดท้าย เอื้อมไปถึงนิพพานสมบัติ เข้าถึงทางพ้นทุกข์ โดยทั่วหน้ากัน

การแสดงพระธรรมเทศนา ก็พอสมควรแก่เวลา ก็ขอสมมติยุติลงไว้แต่เพียงเท่านี้ เอวังก็มีด้วยประการฉะนี้

ที่มา : ธรรมกถา ณ ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ โครงการ "เสริมมงคลชีวิต ประสิทธิพรปีใหม่ ๒๕๖๓" วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๒ ณ ชั้น ๔ อาคารธรรมนิเวศ ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

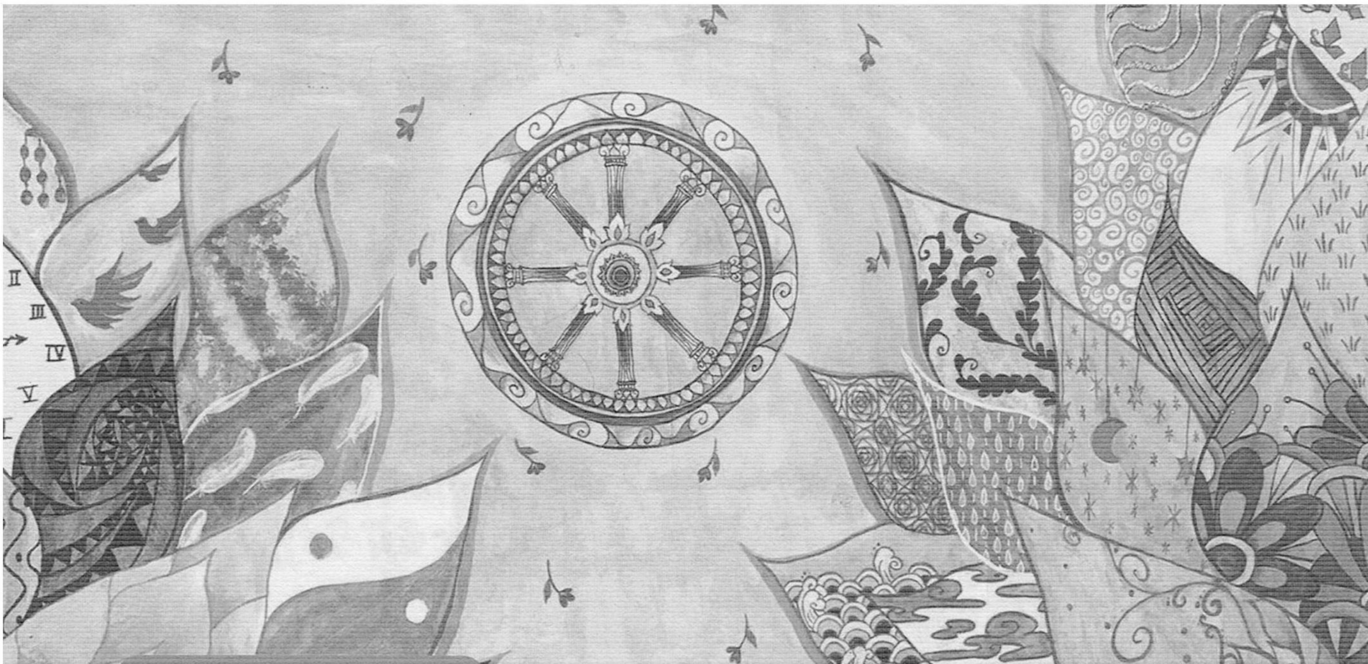
***** จิ เจ รุ นิ (จิต เจตสิก รูป นิพพาน)[๔] คือ คำย่อของปรมัตถธรรม**

๑. **สัง วิ ธา ปุ กะ ยะ ปะ** เป็นคำย่อของชื่อ ๗ คัมภีร์ของพระอภิธรรมปิฎก ๔๒,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ (หัวใจพระอภิธรรม) คือ : ๑. สัง: คัมภีร์ธัมมสังคณี ๒. วิ: คัมภีร์วิภังค์ ๓. ธา: คัมภีร์ธาตุกถา ๔. ปุ: คัมภีร์ปุคคลบัญญัติ ๕. กะ: คัมภีร์กถาวัตถุ ๖. ยะ: คัมภีร์ยมก ๗. ปะ: คัมภีร์ปัฏฐาน

๒. **อา ปา มะ จุ ปะ** เป็นคำย่อของชื่อ ๕ คัมภีร์ของพระวินัยปิฎก ๒๑,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ (หัวใจพระวินัย) คือ ๑. อา: คัมภีร์อาทิกรรม ๒. ปา: คัมภีร์ปาจิตตีย์ ๓. มะ: คัมภีร์มหาวรรค ๔. จุ: คัมภีร์จุลวรรค ๕. ปะ: คัมภีร์ปริวารวรรค

๓. **ที มะ สัง อัง ขุ** เป็นคำย่อของชื่อ ๕ นิกายของพระสุตตันตปิฎก (หรือเรียกสั้นๆ ว่า พระสูตร) ๒๑,๐๐๐ พระธรรมขันธ์(หัวใจพระสูตร) คือ ๑. ที: ทีฆนิกาย ๒. มะ: มัชฌิมนิกาย ๓. สัง: สังยุตตนิกาย ๔. อัง: อังคุตตรนิกาย ๕. ขุ: ขุททกนิกาย

๔. **จิ เจ รุ นิ** เป็นคำย่อของปรมัตถธรรม หมายถึง ธรรมชาติ ๔ คือ ๑. จิ: จิต ๒. เจ: เจตสิก ๓. รุ: รูป ๔. นิ: นิพพาน



สารธรรมจากพระสูตร

พระมหาสมปอง มุทิโต

มงคล ๓๘ ประการ มงคลสูงสุด ที่ มนุษย์ทำได้

ตอน ๑ มงคลที่ ๑ - ๑๐

มงคล คือ ความสุข ความสมหวัง ความเจริญมั่นคง ความมีสิริมงคล สิ่งที่มีผลิตผลเป็นประโยชน์สุขให้ผู้ประพฤติตาม และข้อปฏิบัติให้ถึงความสำเร็จประโยชน์ตามปรารถนาทุกประการ มงคลเป็นเครื่องชี้ให้เห็นแนวทางการประพฤติปฏิบัติเพื่อให้ถึงประโยชน์สูงสุด มงคลจะร้อยรวมประโยชน์ไว้มอบให้ผู้ถึงมงคลทุกคน

คนทั้งหลายประสบทุกข์ประสบภัย เพราะไม่ได้ประพฤติตามมงคลที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ ส่วนผู้ที่ทำอะไรก็ประสบผลสำเร็จ ก็เพราะได้ประพฤติตามมงคลธรรม มงคลที่ว่านี้มี ๓๘ ประการ เป็นข้อปฏิบัติตั้งแต่ขั้นพื้นฐานขึ้นไปถึงขั้นการบรรลุธรรมระดับสูง เหมือนกับขั้นบันไดมุ่งสู่ความสำเร็จในชีวิต ๓๘ ขั้น ช่วยให้ผู้ปฏิบัติตาม บรรลุถึงความเจริญสูงสุด ตามขั้นที่ตนปฏิบัติได้นั้นๆ นับว่าเป็นตันติ (แบบแผน) ที่ได้ถือปฏิบัติสืบทอดกันมานานกว่า ๒,๕๐๐ ปี

หลักธรรมในมงคลสูตรนั้น น่าอัศจรรย์เหลือเกิน เพราะเป็นธรรมที่เข้าได้กับอัธยาศัยภูมิธรรมของคนทุกระดับชั้น ไม่ว่าผู้มีภูมิปัญญาน้อยหรือมาก ก็สามารถน้อมนำเอาหลักมงคลธรรมนี้ มาสงเคราะห์ให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดี

เรามาดูรายละเอียดกันต่อไป

มงคลคืออะไร

มงคล คือ เหตุให้ได้รับความสุข ความเจริญ สมบัติทั้งปวง และความสำเร็จ ทั้งประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน (ขุ.ขุ.อ. ๕/๑๐๗) หมายถึง สิ่งที่ผลิตประโยชน์ ดุจข้าวกล้าผลิตผล สิ่งที่หลั่งประโยชน์ ดุจแม่โคนมหลั่งน้ำนม สิ่งที่ต้านทานรักษาประโยชน์ไว้อย่างดี ดุจฝายน้ำและสิ่งที่ร้อยรัดประโยชน์ของวิญญูชนไว้ มิให้กระจัดกระจาย ดุจเส้นด้ายของนายมาลาการ (วิ.อ ๑/๑๘)

มงคล จึงหมายถึง สิ่งที่ชี้ประโยชน์ ผลิตประโยชน์ หลั่งประโยชน์ ต้านทาน รักษาประโยชน์ และร้อยรัดประโยชน์ไว้ มิให้กระจัดกระจาย ซึ่งจะทำให้ได้รับความสำเร็จ ความเจริญ และสมบัติทั้งปวง

มงคลที่ท่านพระอานนทเถระกล่าวในมงคลสูตร มี ๓๘ ประการ ตั้งแต่คราวสังคายนาพระธรรมวินัยครั้งที่ ๑ โดยมีท่านพระมหากัสสปเถระเป็นประธาน ท่านพระอานนทเถระเล่าว่าท่านได้สดับรับฟังมาเฉพาะพระพักตร์พระผู้มีพระภาคที่พระเชตวันวิหาร เขตกรุงสาวัตถี มงคลสูตรนี้ เกิดขึ้นด้วยอำนาจคำถาม กล่าวคือ พระผู้มีพระภาคทรงเล่าให้พระอานนท์ฟังว่า เมื่อปฐมยามแห่งราตรี ได้มีเทวดาองค์หนึ่งเข้ามาทูลถามพระองค์ถึงเรื่องมงคล ก่อนทูลถาม เทวดานั้นได้กราบทูลถึงเหตุที่มาทูลถามว่า ได้เกิดความโกลาหลขึ้น ทั้งในหมู่เทวดาและมนุษย์ที่มีลัทธิเรื่องมงคลแตกต่างกัน เกิดความขัดแย้งโต้เถียงกันเป็นฝักฝ่าย ตกลงกันไม่ได้ ความสับสนวุ่นวายเรื่องลัทธิมงคลนี้ ยืดเยื้ออยู่เป็นเวลาถึง ๑๒ ปี ในที่สุดท้าวสักกเทวราชจึงแต่งตั้งตนให้มาทูลถาม พระองค์จึงตรัสตอบเรื่องมงคล ๓๘ ประการ มีการไม่คบคนพาล การคบแต่บัณฑิต และการบูชาคนที่ควรบูชา เป็นต้น แก่เทวดานั้น เมื่อคืนนั้นผ่านไป พระองค์ได้ทรงแสดงเรื่องมงคลนี้แก่ท่านพระอานนทเถระซ้ำอีกครั้งหนึ่ง

มงคล ๓๘ ประการ เป็นเหมือนขั้นบันไดช่วยให้ผู้ปฏิบัติเจริญสูงขึ้นตามลำดับ นับว่าเป็นตันติ (แบบแผน) ที่ปฏิบัติสืบทอดกันมานานกว่า ๒,๕๐๐ ปี ขอให้มงคลทั้ง ๓๘ ประการ จงเกิดมีขึ้นในขันธสันดานของท่านทั้งหลาย เทอญ

มงคลอันสูงสุด ๓๘ ประการ

ข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้ สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาค ประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถปิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ครั้งนั้น เมื่อใกล้สว่าง เทวดาองค์หนึ่ง มีผิวพรรณเปล่งปลั่งยังพระเชตวันทั้งสิ้นให้สว่างไสวแล้ว เข้าไปเฝ้าผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ เมื่อเข้าไปเฝ้าแล้วถวายบังคมพระผู้มีพระภาคแล้ว ได้ยืน ณ ที่สมควรแห่งหนึ่ง เทวดานั้นได้ทูลขอพระผู้มีพระภาคด้วยคาถาว่า

[๐] เทวดาและมนุษย์เป็นอันมาก ปรารถนาความสวัสดี พากันคิดเรื่องมงคล ขอพระองค์โปรดตรัสบอกมงคลอันสูงสุดด้วยเถิด

พระผู้มีพระภาคตรัสมงคล ๓๘ ประการด้วยคาถาเหล่านี้ว่า

[๑] การไม่คบคนพาล การคบหาบัณฑิต และการบูชาบุคคลผู้ควรบูชา (๓ อย่าง) นี่ เป็นมงคลอันสูงสุด

[๒] การอยู่ในประเทศอันสมควร ความเป็นผู้ได้ทำบุญไว้ในกาลก่อน และการดำรงตนไว้ชอบ (๓ อย่าง) นี่เป็นมงคลอันสูงสุด

[๓] การได้สดับมามาก ความมีศิลปวิทยา การศึกษาวินัยมาดี และการกล่าววาจาที่เป็นสุภาษิต (๔ อย่าง) นี่เป็นมงคลอันสูงสุด

[๔] การบำรุงมารดาบิดา การสงเคราะห์บุตร การสงเคราะห์ภรรยา และการงานที่ไม่คั่งค้าง (๔ อย่าง) นี่เป็นมงคลอันสูงสุด

[๕] การให้ทาน การประพฤติธรรม การสงเคราะห์หมู่ญาติ และการงานที่ปราศจากโทษ (๔ อย่าง) นี่เป็นมงคลอันสูงสุด

[๖] การงดเว้นจากบาป การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา และความไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย (๓ อย่าง) นี่เป็นมงคลอันสูงสุด

[๗] การมีความเคารพ การสงบเสงี่ยมเจียมตัว ความสันโดษ ความเป็นผู้กตัญญู และการฟังธรรมตามกาล (๕ อย่าง) นี่เป็นมงคลอันสูงสุด

[๘] ความอดทน ความเป็นผู้ว่าง่าย การเห็นสมณะ และการสนทนาธรรมตามกาล (๔ อย่าง) นี่เป็นมงคลอันสูงสุด

[๙] การบำเพ็ญตบะ การประพฤติพรหมจรรย์ ความรู้อริยสัจ และการทำให้แจ้งซึ่งนิพพาน (๔ อย่าง) นี่เป็นมงคลอันสูงสุด

[๑๐] เมื่อถูกโลกธรรมกระทบแล้ว มีจิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหว มีจิตไม่เศร้าโศก มีจิตปราศจากกิเลสดังธุลี และมีจิตเกษม (๔ อย่าง) นี่เป็นมงคลอันสูงสุด

[๑๑] สัตว์ทั้งหลาย ทำมงคลดังกล่าวมานี้แล้ว จะไม่พ่ายแพ้ข้าศึกทั้งปวง ถึงความสวัสดีในที่ทุกสถาน นั้นเป็นมงคลอันสูงสุดของสัตว์เหล่านั้น

จบมงคลสูตร

มงคลที่ ๑

อเสวนา จ พาลานํ - การไม่คบคนพาล

การไม่คบ หมายถึง การไม่ไปมาหาสู่ ไม่ร่วมกินร่วมนอน ไม่เสวนาคลุกคลี ไม่ร่วมกิจกรรมใดๆ กับคนพาล

คนพาล หมายถึง ผู้ประพฤติในอกุศลกรรมบถ ๑๐ อย่าง คือ กายทุจริต ๓ วจีทุจริต ๔ มโนทุจริต ๓

การไม่คบคนพาล คือการไม่ไปมาหาสู่ ไม่ร่วมกินร่วมนอน ไม่เสวนาคลุกคลี ไม่ร่วมกิจกรรมต่างๆ กับผู้ประพฤติในอกุศลกรรมบถ ๑๐ อย่างดังกล่าว

อกุศลกรรมบถ ๑๐

กายทุจริต ๓ ได้แก่ ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม

วจีทุจริต ๔ ได้แก่ พูดโกหก พูดส่อเสียด พูดหยาบคาย พูดเพ้อเจ้อ

มโนทุจริต ๓ ได้แก่ เพ่งอยากได้ของผู้อื่น อาฆาตพยาบาท มีความเห็นผิด

ลักษณะของคนพาล ๓

๑. *ทุกฺกฏกมฺมการี* มีปรกติทำแต่กรรมชั่วร้าย

๒. *ทุพฺภาสิตภาสี* มีปรกติกล่าวแต่คำชั่วร้าย

๓. *ทุจฺจินฺติตจินฺตี* มีปรกติคิดแต่เรื่องชั่วร้าย



คนพาลเสื่อมด้วยเหตุ ๓ อย่าง

๑. เสื่อมเพราะความมีอสัตบุรุษเป็นที่รัก

๒. เสื่อมเพราะความไม่มีสัตบุรุษเป็นที่รัก

๓. เสื่อมเพราะความชอบใจธรรมของอสัตบุรุษ

คนพาล ไม่ว่าจะทำ พูดและคิด ล้วนแต่เป็นสิ่งที่ไม่ดี ไม่รู้จักสร้างสรรค์สิ่งที่เป็นประโยชน์ ใครคบกับคนพาลก็เหมือนกับจมอยู่กับความทุกข์ ได้รับแต่ความเสียหายเดือดร้อน มีแต่ความตกต่ำ และได้รับภัยอันตรายต่างๆ เช่น เสียอนาคต เสียชื่อเสียง เสียชีวิต และเป็นที่รังเกียจแก่บุคคลที่รู้จักคุ้นเคย

คนพาลเป็นดั่งอมิตร บัณฑิตเป็นดั่งญาติ คนพาลก่อภัย บัณฑิตกำจัดภัย

คบกับคนเช่นใด ย่อมเป็นไปเช่นคนนั้น แม้ต้นไม้ไร้ชีวิตก็ยังเป็นไปได้ อย่างเช่น ต้นมะม่วงเคยมีรสหวาน เมื่อมีต้นสะเดาขึ้นอยู่ใกล้ๆ ยังออกรสขมได้เลย ประสาอะไรกับมนุษย์ที่มีชีวิตจิตใจจะเปลี่ยนไปไม่ได้ หากหลงคบกับคนพาลย่อมได้รับผลเสียหายมากกว่ามะม่วงหลายเท่า

คบคนพาล พาลพาไปหาผิด คบบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล คบคนพาลเป็นทุกข์ คบบัณฑิตเป็นสุข ผู้มีปัญญาจะไม่คบหาบาปอมิตร ไม่คบผู้ต่ำทราม คบหาแต่กัลยาณมิตรและคบหาแต่ผู้สูงสุด

หากรู้จักกับคนที่มีความประพฤติแบบพาล และพอที่จะพูดคุยกันได้ พยายามชักชวนแนะนำให้เขาเห็นบาปบุญคุณโทษ หันกลับมาทำความดี แต่ถ้าไม่ได้ผล พึงหลีกหนี ไม่คบหาด้วย

การคบคนพาล ไม่เป็นมงคลแก่ชีวิต เพราะมีแต่ความเสื่อม เป็นเหตุเกิดแห่งความหายนะ คนพาล เป็นผู้ตัดประโยชน์ตนและผู้อื่น การคบคนพาลทำให้เกิดโทษทั้งในโลกนี้และในโลกหน้า ส่วนผู้ที่มีนิสัยเป็นพาลเอง ยิ่งมีโทษมากยิ่งกว่าผู้ที่มาคบหาเขาเสียอีก

มงคลที่ ๒

ปณฺฑิตานญฺจ เสวนา - การคบบัณฑิต

การคบ หมายถึง การไปมาหาสู่ ร่วมกิน ร่วมนอน เสวนาคลุกคลี ร่วมกิจกรรมต่างๆ กับบัณฑิต

บัณฑิต คือ ผู้ประพฤติในกุศลกรรมบถ ๑๐ อย่าง คือ กายสุจริต ๓ วจีสุจริต ๔ และมโนสุจริต ๓

การคบบัณฑิต หมายถึง การไปมาหาสู่ ร่วมกิน ร่วมนอน เสวนา คลุกคลี ร่วมกิจกรรมต่างๆ กับบัณฑิต ผู้ประพฤติในกุศลกรรมบถ ๑๐ ดังกล่าวแล้ว

กุศลกรรมบถ ๑๐

กายสุจริต ๓ ได้แก่ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในกาม

วจีสุจริต ๔ ได้แก่ ไม่พูดปด ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดหยาบคาย ไม่พูดเพ้อเจ้อ

มโนสุจริต ๓ ได้แก่ ไม่เพ่งเล็งอยากได้ของผู้อื่น ไม่อาฆาตพยาบาท มีสัมมาทิฏฐิ

ลักษณะของบัณฑิต ๓

๑. *สุกตกมฺมการี* มีปรกติทำแต่กรรมดี

๒. *สุภาสิตภาสี* มีปรกติกล่าวแต่คำดี

๓. *สุจินฺติตจินฺตี* มีปรกติคิดแต่เรื่องดี

เรื่องเล่าประกอบ พาณิช ๗๐๐ คน

มีเรื่องเล่าในอดีต เกี่ยวกับผู้ทำการค้า ๗๐๐ คน ไปค้าขายทางเรือ เรือเกิดอับปางในมหาสมุทร ทุกคนตกใจกลัวในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น แต่มีบุรุษหนึ่งไม่แสดงความรู้สึกออกมา ทำให้ผู้อื่นแปลกใจ แล้วสอบถามว่า ทำไมอยู่เฉยๆ มีอะไรดีหรือ จึงไม่กลัวภัย บุรุษนั้นตอบว่า เรามีศีลเป็นที่พึ่ง คนอื่นๆ จึงให้เขาบอกการถือศีล ก่อนที่

เรือจะค่อยๆ จมลงในน้ำ ทุกคนในเรือตายหมด แต่ด้วยอานิสงส์แห่งการเป็นผู้ที่มีศีล พวกเขาได้ไปเกิดเป็นเทพบุตรบนสวรรค์ มีบุรุษนั้นเกิดเป็นหัวหน้าเทพบุตร

เหล่าเทพบุตรระลึกถึงบุญคุณของหัวหน้าเทพบุตรที่ให้ศีลพวกตนก่อนตายครั้งเป็นมนุษย์ ได้มาเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า กล่าวสรรเสริญพระคุณผู้ที่ให้ศีล และแสดงคุณของสัตบุรุษไว้ว่า บุคคลนั่งร่วมและทำความสนิทสนมกับสัตบุรุษ รู้ชัดซึ่งสัทธรรมของสัตบุรุษทั้งหลาย ย่อมได้รับผล ๖ ประการคือ

๑. มีแต่ความดี ไม่มีความชั่วเลย

๒. ได้ปัญญา จะได้จากบุคคลอื่นไม่ได้เลย

๓. ไม่โศกเศร้า ในท่ามกลางหมู่สัตว์ที่เศร้าโศก

๔. รุ่งเรืองในท่ามกลางญาติ

๕. เข้าถึงสู่สุคติโลกสวรรค์

๖. ดำรงอยู่ตลอดกาลนาน (อายุยืน)

พระพุทธองค์ตรัสว่า คำทั้งหมดที่เหล่าเทพบุตรได้กล่าวสรรเสริญ เป็นสุภาษิต จึงได้ตรัสเพิ่มอีกว่า *บุคคลนั่งร่วม และทำความสนิทสนมกับสัตบุรุษ รู้ทั่วถึงซึ่งสัทธรรมของสัตบุรุษ ย่อมหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้*

ความเป็นมงคลในการคบบัณฑิต เป็นเหตุแห่งความเจริญ ทั้งทางโลกและทางธรรม มีแต่คุณ ไม่มีโทษ ดังนั้นจึงควรคบหากับบัณฑิต อันเป็นเหตุแห่งการมีสุคติและนิพพานเป็นที่ไป บัณฑิต เป็นผู้มีปัญญา ย่อมให้คำแนะนำ ให้คำปรึกษา ให้ความช่วยเหลือ เป็นเกราะป้องกันภยันตรายต่างๆ ทำให้เราดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกที่ควร มีแก่นสาร เป็นที่ยอมรับในสังคม การคบกับบัณฑิต เหมือนกับได้กัลยาณมิตร

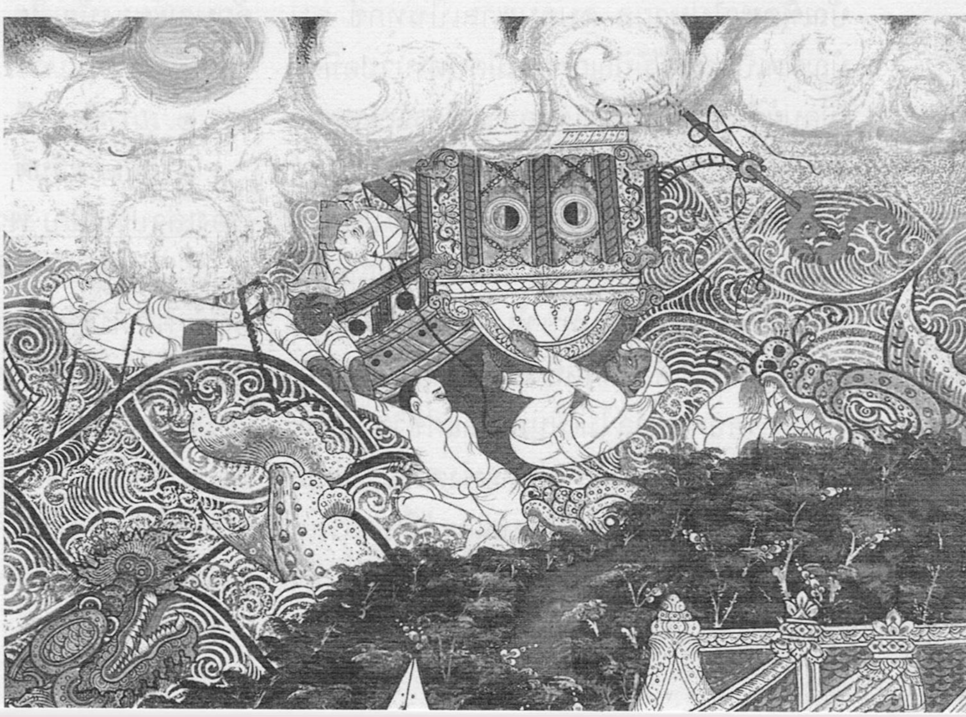
มงคลที่ ๓

ปูชา จ ปูชนียานํ - การบูชาบุคคลผู้ควรบูชา

การบูชา หมายถึง การสักการะ การเคารพนบนอบ การกราบไหว้ โดยมีจิตนอบน้อมเป็นหลัก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงการบูชาไว้ ๒ อย่าง คือ

๑. *อามิสบูชา* หมายถึง การบูชาด้วยวัตถุสิ่งของ มีปัจจัย ๔ เป็นต้น ที่มีผลมาก มีอานิสงส์มาก ทำให้ได้มนุษยสมบัติและสวรรคสมบัติ แต่ไม่ได้เสริมสร้างปัญญาเพื่อพ้นจากทุกข์ (คือนิพพานสมบัติ) เพราะเป็นการบูชาที่ยังไม่เข้าถึงแก่นธรรมในคำสอนของพระพุทธองค์

๒. *การปฏิบัติบูชา* หมายถึง การบูชาด้วยการประพฤติปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ เพื่อถึงความพ้นทุกข์เป็นที่สุด คือการได้นิพพานสมบัติ แม้ว่าการบูชาด้วยอามิสต่างๆ จะมี



อานิสงส์มาก แต่การปฏิบัติบูชา โดยรักษาศีล ๕ ศีล ๘ หรืออุโบสถศีล การรับไตรสรณคมน์ การปฏิบัติจตุปาริสุทธิศีล เป็นต้น นับว่ามีอานิสงส์มากกว่าหลายเท่า

สิ่งที่ควรบูชา ๔ ประเภท

๑. *ปูชนียบุคคล* ผู้ควรบูชากราบไหว้ ได้แก่ พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอริยสาวก มารดาบิดา ครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ ผู้มีอุปการะ ผู้มีคุณต่างๆ ซึ่งแบ่งตามระดับคุณดังนี้ การบูชาโดยน้อมระลึกถึงปฏิปทาของบุคคลขั้นสูงสุด คือ พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระอริยสาวก เป็นเหตุแห่งสุคติและนิพพาน ส่วนการบูชาบุคคลธรรมดา คือ มารดาบิดา ครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ ผู้มีอุปการะและผู้มีคุณ ทำให้ได้รับความสุขในโลกมนุษย์และโลกสวรรค์

๒. *ปูชนียธรรม* คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า คือพระไตรปิฎก

๓. *ปูชนียสถาน* สถานที่ที่ควรบูชา เช่น พระสถูปเจดีย์ เป็นต้น

๔. *ปูชนียวัตถุ* วัตถุที่ควรบูชา เช่น พระพุทธปฏิมาและพระบรมสารีริกธาตุ

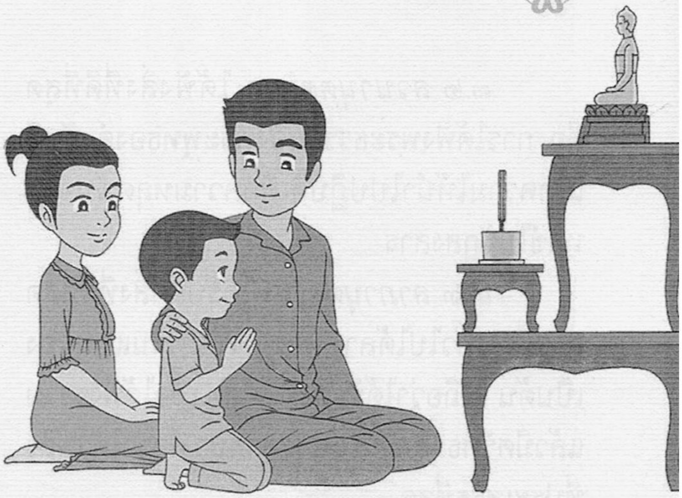
การบูชาประกอบด้วยองค์ ๓

๑. มีบุคคลและสิ่งที่สื่อความหมายสูงสุดเพื่อการบูชา เช่น ปูชนียบุคคล ปูชนียธรรม ปูชนียสถาน และปูชนียวัตถุ

๒. มีผู้น้อมระลึกถึงความสำคัญของสิ่งที่ควรบูชา

๓. มีการบูชาด้วยอามิส และการปฏิบัติ โดยให้จิตน้อมระลึกถึงสิ่งนั้น

การบูชาบุคคลที่ควรบูชา เป็นมงคล เป็นเหตุแห่งสุคติและนิพพาน อามิสบูชาเป็นมงคล เพราะทำให้เกิดความสุขความเจริญ ไม่มีเสื่อม แต่การปฏิบัติบูชาเป็นสิ่งที่สำคัญและให้อานิสงส์



มากกว่าอามิสบูชา เพราะทำให้พระศาสนาเจริญรุ่งเรืองยาวนาน และเป็นการสืบทอดให้คงอยู่ตราบเท่าที่ยังมีผู้ประพฤติปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์

มงคลที่ ๔

ปฏิรูปเทสวาโส จ - การอยู่ในสถานที่อันสมควร

การอยู่ในสถานที่สมควร หมายถึง การอยู่ในสถานที่ที่เป็นที่พักและที่อยู่อาศัย จะถาวรหรือชั่วคราวก็ได้ ขอให้ที่นั้น มีองค์ประกอบ ๕ อย่างดังนี้

๑. เป็นสถานที่อยู่ในอาณาจักรของพระราชาผู้ปกครองแผ่นดินโดยธรรม

๒. เป็นสถานที่ที่มีแม่น้ำไหลผ่าน ที่ถือเป็นสัญลักษณ์ของความอุดมสมบูรณ์

๓. เป็นสถานที่ที่มีพุทธบริษัท ๔ คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก และอุบาสิกา ผู้หมดกิเลส ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ หรือผู้ถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง สัญจรไปมาอยู่เสมอ เป็นสถานที่ที่มีการแสดงธรรม มีการฟังธรรม มีการรักษาศีลให้ทาน เป็นต้น การได้อยู่ในสถานที่เช่นนี้ ย่อมได้รับอนุตตริยะ ๖ ดังต่อไปนี้

๓.๑ *ทัสสนานุตตริยะ* ได้เห็นสิ่งที่ดีที่สุด คือได้เห็นพระพุทธเจ้า พระอริยสาวก

๓.๒ *สวนานุตตริยะ* ได้ฟังสิ่งที่ดีที่สุด คือ การได้ฟังพระธรรมของพระพุทธองค์ อันมีเนื้อความให้นำไปปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ในวัฏสงสาร

๓.๓ *ลาภานุตตริยะ* ได้รับแต่สิ่งที่ดีที่สุด การที่คนทั่วไปได้ลาภต่างๆ เช่น เงินและทอง เป็นต้น ไม่ถือว่าได้รับสิ่งที่ดีที่สุด เมื่อได้ฟังธรรมแล้วมีศรัทธาตั้งมั่นในพระศาสนา ถือว่าได้รับสิ่งที่ประเสริฐที่สุด

๓.๔ *สิกขานุตตริยะ* ได้ศึกษาสิ่งที่ดีที่สุด การศึกษาพระสัทธรรมของพระพุทธองค์ ทำให้เกิดศรัทธาตั้งมั่นในพระรัตนตรัย ได้เรียนรู้ อธิศีล อธิจิต และอธิปัญญา รวมทั้งเรียนรู้พระธรรมวินัยของพระตถาคต ถือว่าเป็นการได้ศึกษาสิ่งที่ดีที่สุด

๓.๕ *ปาริจริยานุตตริยะ* ได้ปรนนิบัติบำรุงที่ดีที่สุด การได้รับประโยชน์ในการศึกษาพระธรรม มีการตอบแทนพระคุณด้วยการปรนนิบัติพระพุทธเจ้า พระสาวกของพระพุทธเจ้า หรือผู้ประพฤติปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า

๓.๖ *อนุสสตานุตตริยะ* ได้ระลึกถึงสิ่งที่ดีที่สุด คือได้ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า คุณของพระธรรมและคุณของพระสงฆ์ อันทำให้จิตของเราน้อมไปในกุศลธรรม ประพฤติปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ ตามอย่างพระอริยเจ้า



พระอานนท์เป็นต้น เป็นผู้ที่ได้รับอนุตตริยะครบทั้ง ๖ อย่าง เพราะได้อยู่ใกล้ชิดกับพระพุทธเจ้า หากเราได้อุปัฏฐากรับใช้พระสาวกของพระพุทธองค์ ผู้ทำงานให้พระศาสนาก็จะได้รับอนุตตริยะตามสมควร

๔. เป็นสถานที่ที่มีผู้กระทำบุญกริยาวัตถุ ๑๐ อย่าง คือ ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ขวนขวายช่วยกิจที่เป็นประโยชน์ มีความอ่อนน้อม แบ่งส่วนบุญให้ผู้อื่น อนุโมทนาบุญที่ผู้อื่นทำ ฟังธรรม แสดงธรรม และทำความเห็นให้ตรงต่อเหตุและผล

๕. เป็นสถานที่ที่มีผู้รู้นวังคสัตถุศาสน์อาศัยอยู่ มีการสอนและการเรียนนวังคสัตถุศาสน์ ซึ่งเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ประกอบด้วยองค์ ๙ คือ

๕.๑ *สุตตะ* คำสอนข้อหนึ่งๆ หรือพระธรรมขันธ์หนึ่งๆ

๕.๒ *เคยยะ* คำสอนที่มีคาถา (ร้อยแก้ว) และจุลลนียะ (ร้อยกรอง) อยู่ด้วยกัน

๕.๓ *เวยยากรณะ* คำสอนข้อที่มีแต่ร้อยแก้ว

๕.๔ *คาถา* คำสอนที่มีแต่ร้อยกรอง

๕.๕ *อุทานะ* คำสอนที่พระองค์เปล่งออกมาด้วยโสมนัสจิต

๕.๖ *อิติวุตตกะ* คำสอนที่มีเนื้อความซ้ำกับสุตตะก่อน (ที่กล่าวมาแล้ว)

๕.๗ *ชาตกะ* คำสอนที่กล่าวถึงอดีตชาติของพระพุทธเจ้า

๕.๘ *อัพภูตะ* คำสอนข้อที่พระองค์ตรัสพร้อมกับแสดงปาฏิหาริย์

๕.๙ *เวทัลละ* คำสอนที่สรุปลงที่ปัญญา

ความเป็นมงคลแห่งการอยู่ในสถานที่อันสมควร เป็นเหตุให้ผู้ประพฤติได้เจริญกุศล



นานัปการ ล้วนมีอานิสงส์มหาศาล ที่เป็นไปเพื่อสุคติและอริยมรรค

ประเทศไทยนับว่าเป็นสถานที่อันสมควร เพราะยังมีภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา มีการกระทำบุญกริยาวัตถุ ๑๐ มีการเรียนการสอนและปฏิบัติตามหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ ดังนั้น เราทั้งหลายอย่าได้ประมาทหมั่นสร้างความดี สร้างปัญญา เมื่อมีโอกาสได้เกิดมาเป็นมนุษย์ พบพระพุทธศาสนา

มงคลที่ ๕

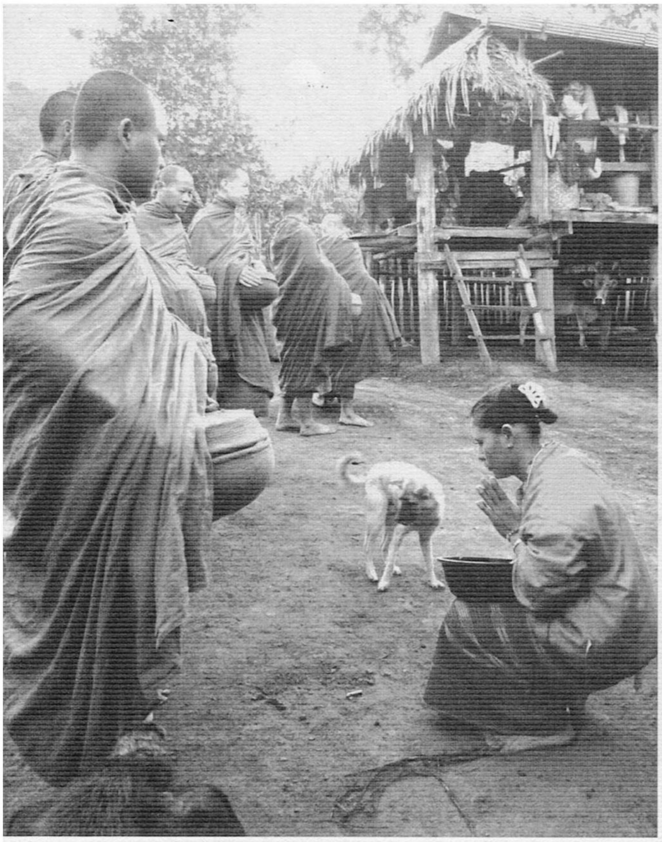
ปุพฺเพ จ กตปุญฺญตา - ความเป็นผู้ทำบุญไว้ในกาลก่อน

ผู้ทำบุญไว้ในกาลก่อน หมายถึง ผู้ที่ได้ทำบุญกุศลสั่งสมไว้แล้วในอดีต ที่มีจิตมุ่งมั่นปรารภพระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันตสาวก โดยเคยได้ถวายทาน รักษาศีล ฟังธรรมหรือบุญกุศลอื่นๆ ซึ่งทำให้ผู้นั้นมีปีติ มีจิตเต็มเปี่ยมด้วยกุศลธรรมที่ตนได้กระทำแล้ว

เราจะเคยทำบุญไว้หรือไม่ก็ตาม ในปัจจุบันเราควรขวนขวายในการทำบุญกุศล ตั้งจิตมุ่งมั่นโดยปรารภพระพุทธเจ้า ระลึกถึงพระพุทธเจ้าทำตามพุทธวิธี และหมั่นทำบ่อยๆ เพื่อเป็นการสั่งสมบุญกุศลไว้ให้มากที่สุด ก็ชื่อว่าเป็นผู้ได้ทำบุญไว้

ความเป็นผู้ทำบุญไว้ในกาลก่อนเป็นมงคลอันสูงสุด เพราะมีอานิสงส์ทำให้ได้รับความสุข ความเจริญและความสำเร็จ อันเกิดจากอานุภาพของบุญนั้น ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ภายหลังเกิดมาจะได้ฟังพระธรรมเทศนาของพระพุทธองค์หรือฟังจากพระสาวก จากบัณฑิต จากครูบาอาจารย์ต่างๆ ทำให้เข้าใจพระธรรมได้ง่ายเพราะจิตผู้นั้นหนาแน่นด้วยกุศลธรรม เมื่อมีปัญญาก็จะสามารถบรรลุอริยมรรคอย่างใดอย่างหนึ่งได้

ผู้ที่ไม่ได้ทำบุญไว้ก่อน มีชีวิตที่ประสบแต่ความทุกข์ยากลำบาก ได้รับแต่สิ่งที่ไม่ดีงาม แม้เมื่อมีโอกาสได้ฟังธรรมก็ไม่เข้าใจ หรือเข้าใจได้ยาก ทำให้จิตขาดปัญญาในการน้อมนำเพื่อความเห็นแจ้งพระสัทธรรม ดังนั้น ทุกคนควรทำบุญกุศลอยู่เนืองๆ จะมากหรือน้อยก็ตาม จะได้เป็นพลังเกื้อหนุนให้ได้รับสิ่งที่ดี ทั้งในทางโลกและทางธรรม



มงคลที่ ๖

อตฺตสมฺมาปณิธิ - การดำรงตนไว้ชอบ

การดำรงตนไว้ชอบ หมายถึง การตั้งตนไว้ดีทั้งร่างกายและจิตใจ ประพฤติตนอยู่ในข้อปฏิบัติ ๓ ข้อดังนี้

๑. ทำตนผู้ไม่มีศีล ให้เป็นผู้มีศีล

๒. ทำตนผู้ไม่มีศรัทธา ให้เป็นผู้มีศรัทธา

๓. ทำตนผู้ตระหนี่ ให้ถึงพร้อมด้วยการบริจาคทาน

มารดาบิดาหรือญาติมิตรสหาย ไม่สามารถทำอะไรให้เราได้เท่าตัวเราทำเอง จึงควรตั้งมั่นไว้ในจิตเพื่อสั่งสมความดี ให้ความดีที่ได้ทำไว้นั้น ติดตามเราไปทุกภพทุกชาติ จนกว่าจะบรรลุมรรคผลนิพพาน

การดำรงตนไว้ชอบ เป็นมงคลอันสูงสุด เพราะเป็นเหตุแห่งการละบาป ละเวร หากยังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ ก็จะได้มนุษยสมบัติ สวรรคสมบัติ และเป็นปัจจัยแห่งนิพพานสมบัติทั้งในปัจจุบันและในสัมปรายภพ

มงคลที่ ๗

พาหุสจฺจญฺจ - การได้รับฟังมาก

การได้สดับรับฟังมาก หมายถึง ความเป็นผู้ได้สดับรับฟังสิ่งที่ก่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในเหตุผลมามาก ซึ่งจะได้จากการศึกษาเล่าเรียน การฟังพระพุทธวจนะจากพระพุทธเจ้า จากพระอรหันตสาวก หรือจากบัณฑิต ผู้กล่าวอรรถ กล่าวธรรม

เมื่อได้สดับรับฟัง ได้ศึกษาเล่าเรียนมาแล้ว ให้นำไปพิจารณาไตร่ตรองทรงจำไว้ นำไปประพฤติปฏิบัติ และแนะนำสั่งสอนผู้อื่นด้วยความเอื้อเฟื้อต่อไป เมื่อทำได้เช่นนี้ แม้เวลาจะล่วงเลยไปนาน ความรู้นั้นก็ยังอยู่เหมือนเพิ่งได้รับมา ยังสามารถนำความรู้นั้นไปปฏิบัติตามได้อย่างคล่องแคล่ว

ความรู้ที่ควรได้สดับรับฟังมี ๒ อย่างคือ

๑. ความรู้เกี่ยวกับปรมัตถธรรม อันเป็นความรู้ภายในของพระพุทธศาสนา เช่น ความรู้ด้านปริยัติธรรม ที่บรรพชิตควรศึกษา เป็นการเตรียมพร้อมเพื่องานเผยแผ่พระศาสนา เพื่อนำไปประพฤติปฏิบัติ ทำตนให้พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้

๒. ความรู้ทางโลกสำหรับคฤหัสถ์ อันเป็นความรู้ภายนอก ได้จากการเรียนศิลปวิทยาการแขนงต่างๆ และได้จากการสดับรับฟังสิ่งที่มีประโยชน์ ไม่เป็นโทษ เช่นการเรียนกฎหมาย (เพื่อความสงบสุขของบ้านเมือง)

ลักษณะของพหูสูต ผู้มีความรู้ดี มีปัญญาเฉียบแหลมนั้น ต้องมีคุณสมบัติในการศึกษา ๑๔ ประการ ดังนี้

๑. ตั้งศรัทธาในการเรียน เช่น ศรัทธาในครูอาจารย์ ศรัทธาในสถานที่ที่เรียน ศรัทธาในเนื้อหาคำสอน

๒. เข้าไปใกล้ในสิ่งที่ศรัทธา

๓. ไปเรียนเป็นประจำ และพยายามอยู่ให้ใกล้ที่สุด

๔. เงี่ยหูตั้งใจรับฟังคำสอน ไม่สนใจฟังสิ่งอื่น

๕. ฟังธรรมและคำแนะนำ อันมีสาระและเหตุผลควบคู่กัน ซึ่งช่วยชี้โทษ และแนะนำประโยชน์ให้

๖. ได้ยินเนื้อหาสารธรรมแล้ว ต้องทรงจำไว้ ๒ ลักษณะ คือ ท่องจำให้ติดไว้ในใจ (ดีที่สุด) บันทึกไว้ในสมุดหรือเก็บข้อมูลไว้ในคอมพิวเตอร์ เป็นต้น

๗. ใคร่ครวญพิจารณา ไตร่ตรองธรรมที่จำไว้ด้วยเหตุผล

๘. ธรรมทั้งหลาย ย่อมทนต่อการเพ่งพินิจ ไม่เลือนหาย (อยู่ในใจ)

๙. เกิดความพอใจกระทำการขวนขวาย

๑๐. มีความอุตสาหะ

๑๑. มีการพินิจพิเคราะห์ ไม่ประมาทในธรรม

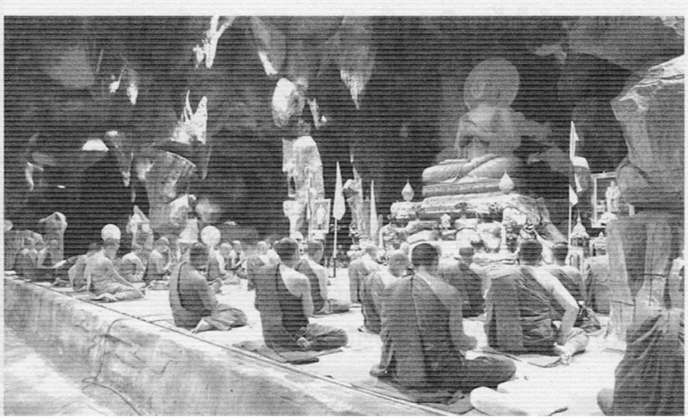
๑๒. ปรารภความเพียร

๑๓. ทำปรมัตถ์ให้แจ้งด้วยการลงมือปฏิบัติ

๑๔. ทำให้เห็นแจ้งแทงตลอดด้วยปัญญา

พหูสูตบุคคลมี ๔ จำพวก

๑. มีสุตะน้อยทั้งไม่เข้าถึงสุตะ หมายถึงผู้ที่เรียนมาน้อย ไม่เอาความรู้นั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในปัจจุบัน ฟังมาน้อย ทั้งไม่บันทึกจดจำเอาไว้ ทำให้ไม่มีความรู้ติดตัว ไม่รู้แจ้ง ไม่ตั้งอยู่ในศีล บัณฑิตย่อมติเตียนผู้นั้นได้ ทั้งสุตะและศีล



๒. มีสุตะน้อยแต่เข้าถึงสุตะ หมายถึงผู้มีความรู้น้อย แต่สามารถนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ รู้จักไตร่ตรองพิจารณา ตั้งตนอยู่ในศีล บัณฑิตย่อมติเตียนผู้นั้นเฉพาะสุตะ

๓. มีสุตะมากแต่ไม่เข้าถึงสุตะ หมายถึงมีความรู้มาก แต่ไม่นำไปใช้ประโยชน์อย่างเต็มที่ ไม่ตั้งตนอยู่ในศีล บัณฑิตย่อมติเตียนผู้นั้นเฉพาะศีล

๔. มีสุตะมากทั้งเข้าถึงสุตะ หมายถึงผู้มีความรู้มาก และนำความรู้นั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์ได้มาก และตั้งตนอยู่ในศีล บัณฑิตย่อมสรรเสริญผู้นั้นทั้ง ๒ ส่วน

การได้สดับรับฟังมากเป็นมงคลอันสูงสุด เพราะเป็นเหตุให้ได้รับอิฏฐผล ได้รับการสรรเสริญ เป็นต้น ทำให้ละอกุศลธรรมและบรรลุกุศลธรรม ได้รับความสุขทั้งในโลกนี้และโลกหน้า เป็นหนทางการบรรลุมรรคผลในอนาคต มีความฉลาดรอบรู้ มีปัญญา สามารถบำเพ็ญประโยชน์ให้เกิดแก่ตนและผู้อื่น หาทรัพย์ได้ง่าย ได้ลาภ ได้ยศ ได้ชื่อเสียงอันดีงาม เป็นต้น

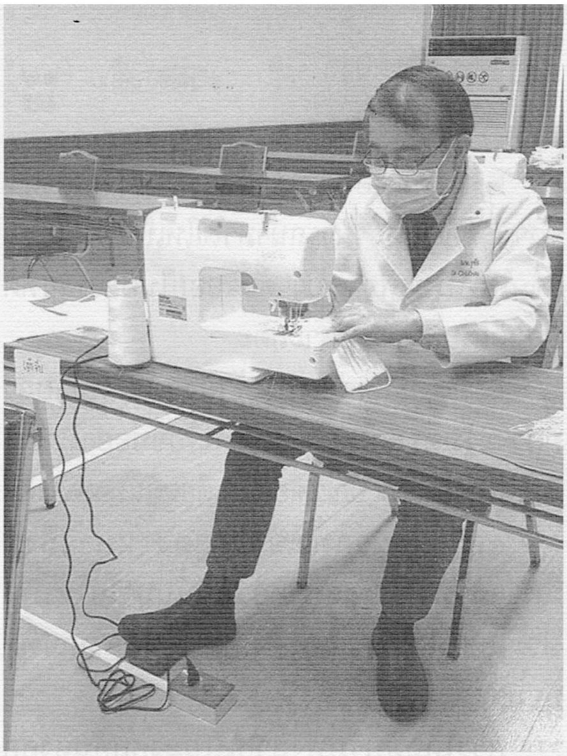
มงคลที่ ๘

สิปฺปญฺจ - ความมีศิลปวิทยา

ความมีศิลปวิทยา หมายถึง ผู้ที่มีความรู้อันประณีต เชี่ยวชาญด้านหัตถกรรม ใช้ฝีมือสร้างสรรค์ผลงาน (ต่างจากพาหุสัจจะ อันเป็นความรู้ทุกอย่างที่ไม่ต้องใช้ฝีมือแสดง)

ความรู้ทางด้านหัตถกรรม จำแนกออกตามบุคคลได้ ๒ ประเภท คือ

๑. *อนาคาริยสิปปะ* ความรู้ด้านฝีมือทุกอย่างของผู้ไม่ครองเรือน (ผู้ออกบวช) โดยไม่ขัดต่อพระวินัย และเป็นการทำด้วยฐานะอันสมควร มีความขยัน ไม่เกียจคร้านในการงานต่างๆ ช่วยกันทำ ทั้งงานสูงและงานต่ำ (อันเป็นงานของ



บรรพชิต) มีความเอื้อเฟื้อต่อกัน ทำด้วยความมีปัญญา และมีอุบายในการทำงานให้สำเร็จ เช่น ภิกษุรู้จักการจัดแจงตกแต่งเครื่องบริขารของตนให้ประณีต และช่วยแนะนำความรู้ให้ภิกษุอื่นมีการตัดเย็บจีวร ปลูกสร้างเสนาสนะ เป็นต้น เป็นงานที่บัณฑิตไม่ติเตียน ส่วนงานที่ได้รับการติเตียน ไม่ควรกระทำ และไม่นับว่าเป็นมงคล

๒. *อาคาริยสิปปะ* ความรู้ด้านฝีมือทุกอย่างของคนทั่วไป (ผู้ครองเรือน) นำความรู้ไปทำประโยชน์ให้แก่ตนและผู้อื่นได้ตามฐานะอันสมควร เช่น ผู้ที่มีฝีมือแกะสลักหินอ่อน ช่างจัดดอกไม้ ช่างทอผ้าลายวิจิตร ช่างทอง เป็นต้น

ความมีศิลปวิทยาเป็นมงคลอันสูงสุด โดยเฉพาะความเป็นผู้มีศิลปะของบรรพชิตนั้นเป็นมงคล เพราะนำมาซึ่งประโยชน์สุขแก่ตนและผู้อื่น ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า เป็นเหตุแห่งการได้บรรลุคุณอันวิเศษ เป็นต้น ส่วนมงคลของคนทั่วไป จะได้ความสุข ความเจริญ ได้รับการสรรเสริญ ได้ยศ ได้ของที่ประณีต (เพราะเคยให้ของที่ประณีตด้วยฝีมือ) ส่งผลทั้งในชาตินี้และชาติหน้า

มงคลที่ ๙

วินโย จ สุสิกฺขิโต - ความเป็นผู้มีระเบียบวินัยดี

ความเป็นผู้มีระเบียบวินัยดี หมายถึงผู้ที่ได้ศึกษาข้อปฏิบัติหรือสิ่งที่ควรกระทำ (อันกำหนดไว้) โดยศึกษาเป็นอย่างดีแล้วนำไปประพฤติ

วินัยแบ่งออกตามลักษณะของผู้ปฏิบัติได้ ๒ ประเภท คือ

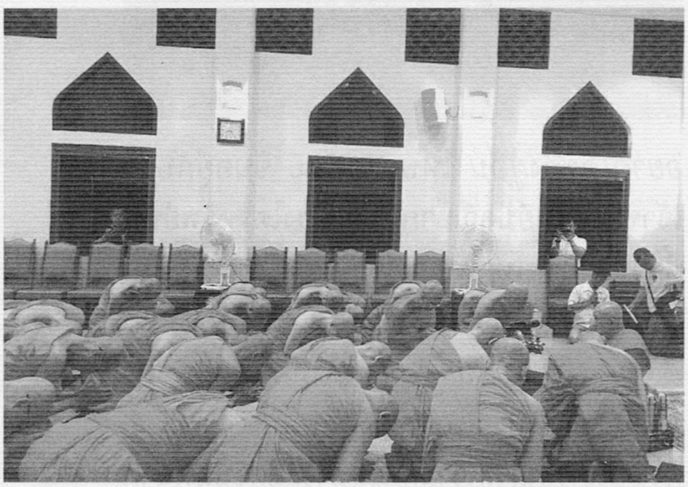
๑. *อนาคาริยวินัย* วินัยของผู้ไม่ครองเรือน การศึกษาวินัย ข้อห้าม และข้ออนุญาต ในการปฏิบัติของนักบวชในพุทธศาสนา ให้มีหลักในการปฏิบัติอย่างเดียวกัน เพื่อความสงบเรียบร้อยของหมู่สงฆ์ เป็นการทำให้พระศาสนามีความมั่นคง มีความเจริญ และไม่เสื่อม ได้แก่การศึกษาวินัยเหล่านี้

๑.๑ *การศึกษาเรื่องอาบัติ ๗ กอง* ได้แก่ ปาราชิก สังฆาทิเสส ปาจิตตีย์ ปาฏิเทสนียะ ถุลลัจจัย ทุกกฏ และทุพภาสิต เมื่อภิกษุต้องอาบัติแล้ว (ยกเว้นปาราชิก) ให้ออกจากอาบัติได้ ๒ วิธี คือ (๑) วุฏฐานวิธี วิธีออกจากอาบัติสังฆาทิเสส โดยการอยู่ปริวาสกรรม (๒) วิธีออกจากอาบัติที่เหลือ (ยกเว้นอาบัติปาราชิก) โดยการแสดงความรับผิดชอบของตนให้ภิกษุอื่นทราบ เมื่อภิกษุต้องอาบัติ แสดงวิธีออกจากอาบัติแล้ว ถือว่าพ้นจากกรรมที่ทำอันตรายต่อการบรรลุมรรคผลนิพพาน

ธรรมที่ทำอันตรายท่านเรียกว่า *อันตรายิกธรรม* มี ๕ อย่าง คือ ๑) *กรรม* ให้ผลในภพต่างๆ ๒) *กิเลส* ทำให้จมดิ่งอยู่ในมิจฉาทิฐิ ๓) *วิบาก* ทำให้ปฏิสนธิเป็นบัณเฑาะก์ ดิรัจฉาน และอุภโตพยัญชนก ๔) *อุปวาทะ* เจตนากรรมที่ว่าร้ายพระอริยะ รับโทษมหันต์ แต่เมื่อได้ขอให้ท่านอดโทษแล้ว กรรมนี้ก็หมดไป ๕) *อาณาวีติกกมะ* อาบัติทั้งหลายที่ภิกษุทำแล้ว แต่ยังไม่รับโทษ ย่อมมีอันตรายต่อภิกษุนั้นตลอดไป

๑.๒ จตุปาริสุทธิศีล เป็นอนาคาริยวินัยอย่างหนึ่งของภิกษุที่ต้องศึกษา หากมีความประพฤติปฏิบัติดี ตั้งอยู่ในจตุปาริสุทธิศีล ย่อมทำให้บรรลุอรหัตตผลได้ เช่น การมีปาติโมกขสังวรศีลที่บริสุทธิ์ การมีอินทรียสังวรศีลบริสุทธิ์ การมีอาชีวปาริสุทธิศีลบริสุทธิ์ การมีปัจจัยสันนิสิตศีลบริสุทธิ์ เป็นต้น

มงคลของอนาคาริยวินัย บรรพชิตศึกษาดีแล้วนำไปปฏิบัติ ไม่มีโทษทำให้เศร้าหมองใจ เพราะทำตนให้ตั้งอยู่ในคุณ คือมารยาท ชื่อว่ามงคล เพราะนำมาซึ่งประโยชน์สุข ทั้งในโลกนี้โลกหน้า



๒. *อาคาริยวินัย* วินัยของผู้ครองเรือน ในที่นี้หมายถึง สิ่งที่บุคคลทั่วไปศึกษาดีแล้ว ละเว้นการปฏิบัติในอกุศลกรรมบถ ๑๐ ได้แก่ เว้นจากกายทุจริต ๓ เว้นจากวจีทุจริต ๔ เว้นจากมโนทุจริต ๓ ลักษณะขององค์ประกอบของการทำผิดเป็นกรรมบถ และให้ผลในอกุศลกรรมบถ ๑๐

๑) ฆ่าสัตว์ คือการทำให้ชีวิตของสัตว์ตกล่วง (ตาย) ไป มีองค์ ๕ ดังนี้ สัตว์นั้นมีชีวิต, รู้ว่าสัตว์นั้นมีชีวิต, มีจิตคิดจะฆ่า, พยายามฆ่า (ทำเองหรือใช้ผู้อื่น), สัตว์ตายด้วยการพยายามฆ่านั้น *โทษในการฆ่าสัตว์* จะมีมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับว่าสัตว์นั้นมีคุณ และใช้ความพยายามมากน้อยเพียงใด ก็ได้รับโทษมากน้อยไปตามนั้น

๒) การลักทรัพย์ คือการลักเอาทรัพย์สินทุกอย่างที่เจ้าของยังไม่ให้และเป็นสิ่งที่เจ้าของหวงแหน มีองค์ ๕ ดังนี้ ของนั้นมีเจ้าของ, รู้ว่ามีเจ้าของ, มีจิตคิดจะลัก, พยายามลัก (โดยวิธีใดๆ ก็ตาม), ได้ของนั้นมา *โทษของการลักทรัพย์* มีโทษมากน้อยอย่างไร ขึ้นอยู่กับว่า ของมีราคามากน้อยเท่าใด ของนั้นมีคุณภาพประณีตมากน้อยเพียงใด เจ้าของเป็นผู้มีคุณมากน้อยอย่างใด โทษก็มากน้อยไปตามนั้น

๓) ประพฤติผิดในกาม คือประพฤติผิดทางกามกับผู้มีเจ้าของแล้ว (ได้แก่ หญิงต้องห้ามมีอยู่ ๒๐ จำพวก) มีองค์ ๔ ดังนี้ มีอวัยวะส่วนที่ห้ามแตะต้อง, มีจิตคิดจะเสพ, มีการใช้ความพยายาม, ทำให้มรรคจรดมรรค (อวัยวะเพศจรดกัน) *โทษของการประพฤติผิดในกาม* โทษมากน้อยขึ้นอยู่กับ ผู้ถูกล่วงเกินเป็นผู้มีศีลมากน้อยเพียงใด และใช้ความพยายามมากน้อยอย่างไร ได้รับโทษมากน้อยไปตามนั้น (โทษไม่ยกเว้นแม้ชายหญิงที่สมยอมกันก็ตาม โดยเฉพาะหญิงที่ถูกข่มขืน ผู้ทำย่อมได้รับโทษหนัก)

๔) พูดโกหก คือการกล่าวสิ่งที่แตกต่างไปจากความจริง มีองค์ ๔ ดังนี้ เรื่องที่พูดไม่ตรงกับความเป็นจริง, มีจิตคิดอยากพูด, พยายามหาโอกาสพูด, ผู้ฟังเข้าใจอย่างที่ผู้พูดบอก *โทษของการพูดโกหก* โทษมากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับผู้พูดใช้ความพยายามมากน้อยเพียงใด คนฟังมีคุณมากน้อยอย่างใด และคนฟังเสียประโยชน์มากน้อยหรือไม่ ก็รับโทษมากน้อยไปตามนั้น

๕) พูดส่อเสียด คือการพูดคำที่ทำให้เขาแตกแยกกัน มีองค์ ๔ ดังนี้ มีผู้ที่จะถูกกล่าวทำลาย, มีความตั้งใจพูดให้เขาแตกแยกกัน, มี

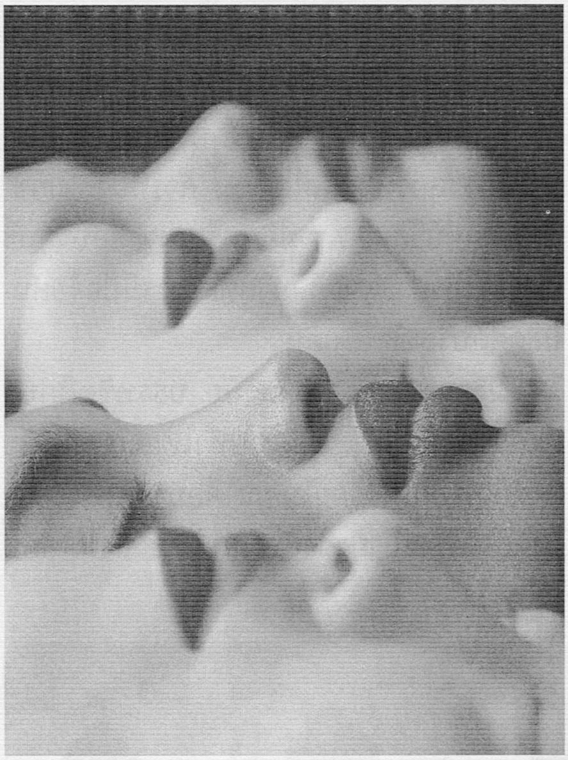
ความพยายามพูดหลายครั้ง หรือใช้เล่ห์เพทุบายต่างๆ, ผู้ฟังเข้าใจตามที่ผู้พูดบอก *โทษของการพูดส่อเสียด* จะมากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับผู้เสียหายมีคุณมากน้อยเพียงใด ใช้ความพยายามพูดมากน้อยแค่ไหน มีการเสียประโยชน์ และมีการแตกแยกความสามัคคีมากน้อยเพียงไร ก็รับโทษมากน้อยไปตามนั้น การหายจากโทษต้องไปแก้ไขให้เขามีความสามัคคีเข้าใจกัน และคืนดีกันก็ไม่มีโทษติดตามตน

๖) พูดคำหยาบ คือพูดคำกระด้าง คำก้าวร้าว คำประทุษร้ายต่างๆ มีองค์ ๓ ดังนี้ มีผู้ที่จะถูกด่า, มีจิตคิดโกรธขัดเคือง, ออกปากด่า (ผู้ฟังจะเข้าใจหรือไม่ก็ตาม) *โทษของการพูดคำหยาบ* โทษมากน้อยเท่าใด ขึ้นอยู่กับผู้ที่ถูกด่ามีคุณมากน้อยเพียงใด การด่ามากด่าน้อยเพียงใด การไม่ต้องโทษ เช่น คำด่าของมารดาที่มีต่อบุตรเพราะห่วงใย (แต่ในใจไม่เป็นเหมือนคำด่า)

๗) พูดคำเพ้อเจ้อ คือกล่าวคำที่ไร้สาระ จะมีผู้ฟังหรือไม่ก็ตาม มีองค์ ๒ ดังนี้ พูดเรื่องไม่มีประโยชน์, ออกปากพูด *โทษของการพูดเพ้อเจ้อ* ขึ้นอยู่กับว่าผู้พูดนั้นเป็นผู้มีกิเลสมากน้อยเพียงใด มีการพูดมากพูดน้อยแค่ไหน มีคนเชื่อถือคำพูดมากน้อยเท่าใด ก็ได้รับโทษมากน้อยไปตามนั้น

วจีทุจริต ๔ (ตั้งแต่ข้อ ๔ ถึงข้อ ๗) การพูดโกหก เป็นการใช้วาจา หรือใช้อาการทางกายบอกก็ได้ เช่น มีคนถามทาง แต่ตนไม่ตอบ แกล้งเอามือชี้ทางที่ผิดให้เขาไป ส่วนการพูดคำหยาบ พูดส่อเสียด พูดเพ้อเจ้อ ทำด้วยทางวาจาอย่างเดียว

๘) เพ่งอยากได้ของผู้อื่น คือการมีจิตคิดอยากได้ของผู้อื่น มีองค์ ๒ ดังนี้ สิ่งของนั้นเป็นของผู้อื่น, ทำวิธีต่างๆ เพื่อให้ได้ของนั้นมาเป็นของตน (จะได้หรือไม่ก็ตาม) *โทษของการเพ่งอยากได้ของผู้อื่น* โทษมากน้อย ขึ้นอยู่กับว่าเจ้าของทรัพย์มีคุณมากน้อยเพียงใด ทรัพย์นั้นมีค่ามากน้อยเท่าไร และเจ้าของทรัพย์หวงแหนมากน้อยเพียงไหน ก็ได้รับโทษมากน้อยไปตามนั้น



๙) พยาบาท คือความคิดที่จะทำให้ความสุขและประโยชน์ของผู้อื่นพินาศมีองค์ ๒ ดังนี้ มีสัตว์อื่น, มีความคิดจะทำให้สัตว์นั้นพินาศ *โทษของความพยาบาท* โทษมากน้อยขึ้นอยู่กับผู้ที่คิดทำลายมีคุณมากน้อยเพียงใด มีการผูกพยาบาทไว้นานหรือไม่ (คิดจะทำลายใช้เวลานานมากหรือน้อย) โทษก็จะได้รับมากน้อยตามนั้น

๑๐) มิจฉาทิฐิ คือมีความเห็นผิดจากสิ่งที่เป็นจริง มีองค์ ๒ ดังนี้ เป็นเรื่องที่ผิดจริงแต่เรามีความเห็นว่าถูก, เป็นเรื่องที่ถูกจริง แต่เรามีความเห็นว่าผิด *โทษของการมีความเห็นผิด* โทษมากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับการที่เรามีความเห็นผิดถลำลึกมากน้อยแค่ไหน ก็ได้รับโทษมากน้อยไปตามนั้น

การประพฤติผิดในอกุศลกรรมบถ ๑๐ เมื่อเราทราบถึงข้อปฏิบัติของอกุศลกรรมทั้งหมดแล้ว ไม่ควรที่จะกระทำ เพราะไม่มีคุณประโยชน์ มีแต่นำเราไปสู่ความหายนะ การได้เกิดมาเป็นมนุษย์ พบพระพุทธศาสนา ก็เป็นบุญอย่างยิ่งแล้ว ไม่ควรทำตนเพื่อให้ได้รับบาปเวรต่อไป เพราะโทษของการทำผิดมีมากมาย และยังให้ผลแยกย่อยออกไปอีก (ต้องไปศึกษาในพระไตรปิฎกเพิ่มเติม) แต่จะขอกล่าวโทษโดยทั่วไป

อกุศลกรรมบถ ๑๐ มีโทษ ๕ อย่าง ดังนี้

๑. แม้ตนเองทำแล้วก็ติเตียนตนได้

๒. ผู้รู้ใคร่ครวญแล้วจะติเตียน

๓. ชื่อเสียงเสียหายกระฉ่อนไปทั่ว

๔. ก่อนตายหลงสติ (ขณะกำลังจะตายมีโมหะครอบงำ ทำให้จิตไม่สงบ)

๕. หลังจากกายแตกดับตายไป ย่อมเข้าถึงทุคติ หรืออบายภูมิ เช่น นรก เป็นต้น

ส่วนการทำความดีในกุศลกรรมบถ ๑๐ (อยู่ในมงคลข้อที่ ๒ การคบบัณฑิต) ย่อมตรงกันข้ามกับการทำอกุศลกรรมบถ ๑๐ แต่ในที่นี้ จะขอกล่าวอานิสงส์ทั่วไป ของผู้มีข้อประพฤติดีในกุศลกรรมบถ

กุศลกรรมบถ ๑๐ มีอานิสงส์ ๕ อย่างดังนี้

๑. แม้ตนเองก็ติเตียนตนไม่ได้

๒. ผู้รู้พิจารณาแล้ว ย่อมสรรเสริญ

๓. มีชื่อเสียงอันดีงาม ฟุ้งขจรไปไกล

๔. ไม่หลงสติก่อนตาย (มีจิตดี จิตสงบ ก่อนสิ้นใจ เพราะนึกถึงบุญที่ตนได้ทำไว้)

๕. หลังจากกายแตกดับตายไป ย่อมเข้าถึงสุคติ โลกสวรรค์ เป็นต้น

มงคลของการเป็นผู้มีระเบียบวินัยดี ย่อมเป็นเหตุให้ถึงความสุขความเจริญ ทั้งในโลกียะและโลกุตระ อันมีมรรคผลเป็นเบื้องหน้า

มงคลที่ ๑๐

สุภาสิตา จ ยา วาจา - การกล่าววาจาสุภาษิต

วาจา คือ เสียงหรือคำพูดทุกอย่าง ที่ออกมาจากปาก จะมีเจตนาหรือไม่ก็ตาม สามารถ



กระทบกับหูของคนอื่นให้รู้ได้ เป็นคำที่พูดแล้วดี ประกอบด้วยอรรถด้วยธรรม *สุภาษิตวาจา* คือ คำที่เว้นจากวจีทุจริต ๔ คือ พูดปด พูดคำหยาบ พูดส่อเสียดและพูดเพ้อเจ้อ หรือคำพูดที่ประกอบด้วยองค์ ๕ ที่วิญญูชนทั้งหลายติเตียนไม่ได้

วาจาสุภาษิต ๕ อย่าง

๑. กล่าวตามกาล พูดในเวลาที่เหมาะสม

๒. กล่าวคำจริง (คำสัตย์)

๓. กล่าวคำไพเราะ อ่อนหวาน คำที่น่ารัก

๔. กล่าวคำพูดที่มีประโยชน์ ประกอบด้วยสาระ

๕. กล่าวคำพูดด้วยเมตตาจิต

สุภาษิตวาจาในองค์ ๕ นี้ จะเป็นมงคล ต้องทำรวมทุกข้อ ขาดองค์ข้อใดข้อหนึ่งไม่ได้ ผู้ที่มีอัธยาศัยอยู่ในภูมิธรรมพื้นฐานธรรมดา ควรทำอย่างยิ่ง

นอกจากนี้ วาจาสุภาษิตยังมีองค์ ๔ ซึ่งก็ถือว่าเป็นมงคลเหมือนกัน ที่พระพุทธองค์กล่าวไว้ใน*สุภาษิตสูตร ตติยวรรค สุตตนิบาต* ในอีกรูปแบบหนึ่ง (แยกเป็นมงคลได้ในแต่ละข้อ) เหมาะสำหรับผู้ที่มีภูมิธรรมชั้นสูง เป็นพระอเสขบุคคล

วาจาสุภาษิต ๔ อย่าง

๑. กล่าวคำสุภาษิต ไม่กล่าวคำทุพภาษิต

๒. กล่าวคำที่เป็นธรรม ไม่กล่าวคำที่ไม่เป็นธรรม

๓. กล่าวคำที่น่ารัก ไม่กล่าวคำที่ไม่น่ารัก

๔. กล่าวคำที่จริง ไม่กล่าวคำที่ไม่จริง

เรื่องภิกษุ ๖๐ รูป

ภิกษุ ๖๐ รูป เดินผ่านเด็กหญิงที่เฝ้าต้นกล้าอยู่ข้างทาง กำลังร้องเพลงที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับชาติ ชรา พยาธิ และมรณะ ทำให้ภิกษุทั้งหลายเมื่อได้ยินเสียง เกิดปัญญาพิจารณาความไม่เที่ยง มีการเกิดดับ จนบรรลุอรหันต์



เรื่องโคนันทิวิศาล

โคนันทิวิศาลได้ยินเจ้าของสั่งให้เดินลากเกวียน ๑๐๐ เล่ม ด้วยคำหยาบกระด้าง โดยหวังจะเอาชนะเดิมพัน เมื่อได้ฟังคำเช่นนั้น จึงไม่ยอมเดินหน้าไป ทำให้เจ้าของต้องแพ้เดิมพัน ต่อมาแข่งพนันครั้งใหม่ ให้โคลากเกวียนอีก เจ้าของพูดจาไพเราะ บอกให้โคเดินลากเกวียน โคจึงเดินลากเกวียนไป ทำให้เจ้าของชนะเดิมพัน

ความเป็นมงคลของวาจาสุภาษิต เพราะนำมาซึ่งโลกียสุขและโลกุตตรสุข เช่นทำให้ได้ลาภมาก ทำให้พ้นภัยต่างๆ เป็นเหตุได้บรรลุมรรคผลเป็นต้น

โทษของการมีวาจาทุพภาษิต ทำให้ตัดประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่น เช่น ถูกติเตียน ได้รับเภทภัย มีอบายภูมิเป็นที่ไป หากเกิดมาเป็นมนุษย์ในภพชาติอื่นๆ ต้องรับทุกข์ เพราะกรรมเลวที่ตนได้ทำไว้เป็นต้น

(อ่านต่อฉบับหน้า)



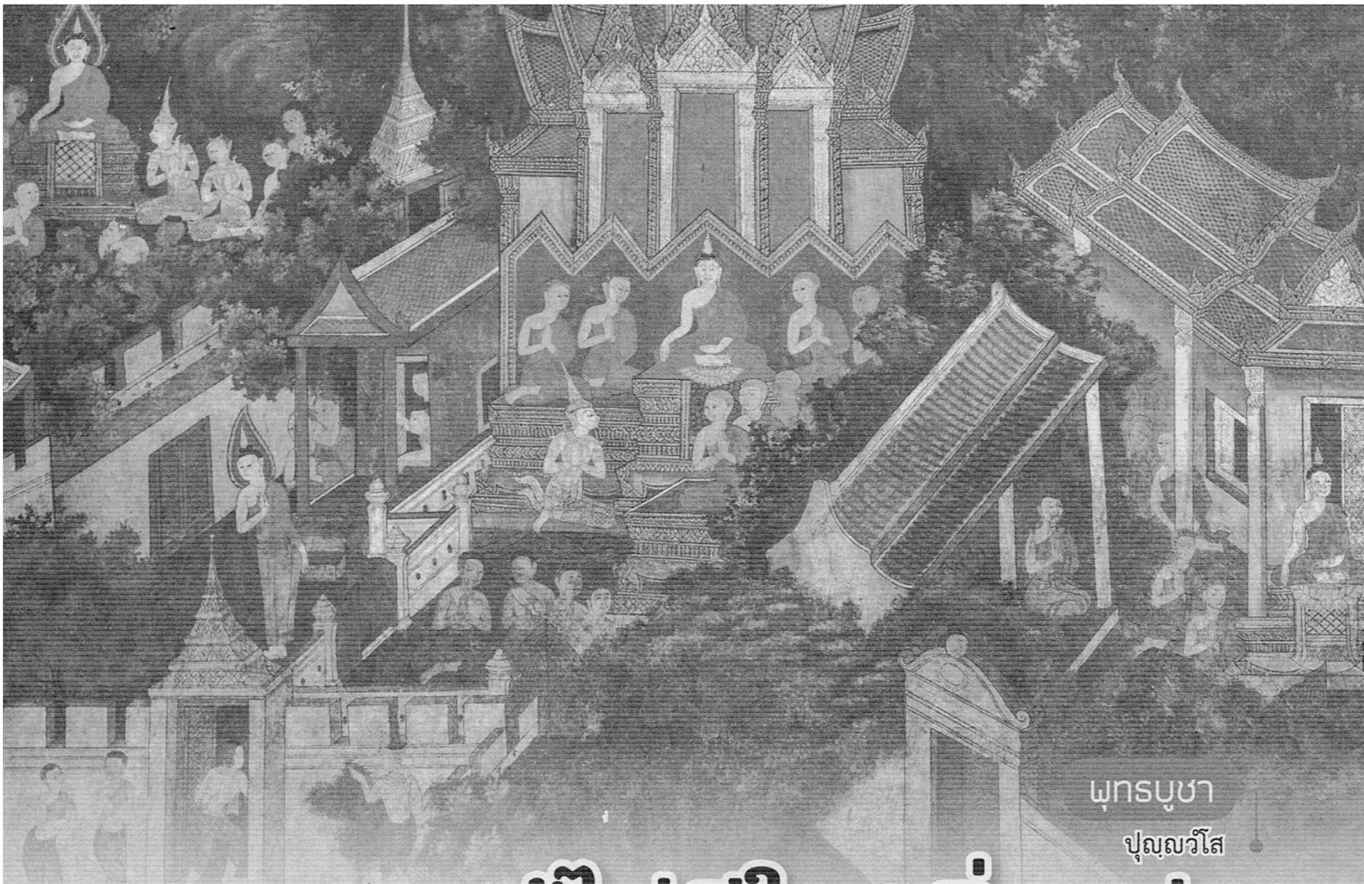
กวีนิพนธ์

ศาสนา ๔ ประเภท

ศาสน์เสียว เสี้ยมใส่ผู้- สยบกลัว
ศาสน์ไสย สร้างสวรรค์ทัวร์ สะกดใช้
ศาสน์เสีย สาดเท "ชั่ว" สรุปสิ้น
ศาสน์แสง ส่องสว่างไว้ สงบรู้ สู่สลายฯ

ศาสนาแบบที่ ๑ - ๓ มีอยู่ตลอดเวลา
แต่ทำให้พ้นทุกข์ได้ชั่วคราว
ศาสนาแบบที่ ๔ มีอยู่ชั่วคราว
แต่สามารถทำให้พ้นทุกข์ได้ถาวร
จะนับถือศาสนาแบบใด
จงพิจารณาให้ดีเถิด
อย่าประมาทกันนักเลย
เรามีเวลาเหลือกันไม่มากแล้วนะ

ปปัญจา



พุทธบูชา

ปุญฺญวํโส

บรมครูผู้ไม่มีใครยิ่งกว่า เอกลักษณ์ของพุทธ

น้อมอภิวาท ศาสดา บรมครู
สัพพัญญู รู้แจ่มแจ้ง แทงหมดสิ้น
ทั้งสามกาล ผ่านสามภพ ครบกบิล
สอนพรหมอินทร์ นาคมนุษย์ ครุฑเทวดา
สรรพสัตว์ พัฒนา พึ่งอาศัย
ปวงเวไนย ใจสงบ สบสุขา
ละล่วงทุกข์ ลุเกษม เปรมปรีดา
ด้วยเมตตา กรุณา คุณค่าครู ฯ

(วันครูแห่งชาติ พฤหัสบดี ๑๖ ม.ค. ๒๕๖๓)

เนื่องในโอกาสวันครู ขอกราบคารวะ รำลึกบูชาพระมหากรุณาธิคุณบรมครู ผู้ไม่มีใครยิ่งกว่าของข้าพเจ้าและมนุษย์เทวดาทั้งหลาย ด้วยการทบทวนคำสั่งสอนของพระพุทธองค์

◎ เอกลักษณ์ของพุทธ ◎

จากการศึกษา ปฏิบัติธรรม พอจะสรุปลักษณะสำคัญ ที่แตกต่างหรือไม่มีในลัทธิคำสอนอื่น ได้ดังนี้

๑. เป็นศาสนาที่สอน 'ศีล สมาธิ ปัญญา' เป็นองค์รวม ซึ่งมีความต่อเนื่อง เชื่อมโยงคาบเกี่ยวกัน (ไตรสิกขา) และลุ่มลึกลงไปตามลำดับ เมื่อศีล สมาธิ ปัญญา สมบูรณ์ พร้อมพรั่งก็รวมตัวเป็นหนึ่งเดียว พลวัตเป็นอริยมรรค ๘

๒. เน้นความเข้าใจทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ ความดับแห่งทุกข์ และหนทางแห่งการดับทุกข์ (อริยสัจ ๔) มากกว่าเน้นแสวงหา ไขว่คว้า ไล่หาสุขมาเสพ มาติดยึด และมีวิธีปฏิบัติต่อทุกข์ คือ

๑) ไม่เอาทุกข์ทับถมตน ที่มิได้ถูกทุกข์ท่วมทับ

๒) ไม่สละความสุขที่ชอบธรรม

๓) ไม่สยบหมกมุ่นแม้ในสุขที่ชอบธรรมนั้น

๔) เพียรพยายามทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป

๓. เน้นละชั่ว บาป เป็นอันดับแรกก่อน ไม่ใช่สร้างแต่ความดี โดยไม่ละชั่ว ที่สุดแม้ความดีเมื่อฟอกชำระจิตแล้ว ก็ละความยึดมั่นถือมั่น (โอวาทปาติโมกข์ ๓)

๔. เน้นสอนให้มีสติ รู้เท่าทันความคิดในแต่ละขณะ ให้รู้ตัวว่าจิตมีโลภะ – โทสะ - โมหะประกอบหรือไม่มี แล้วให้ละความคิดชั่ว (มิจฉาสังกัปปะ) ให้คิดแต่ดี (สัมมาสังกัปปะ)

สอนให้ไม่คิดฟุ้งซ่าน คือ ไม่คิดซ้ำซากวนเวียน เลื่อนลอย สะเปะสะปะ จับสาระไม่ได้ ไม่มีจุดหมาย กำหนดอะไรไม่ได้ ไม่สามารถนำมาประพฤติปฏิบัติได้ คิดถึงอดีตหรืออนาคตซ้ำๆ คิดด้วยความหงุดหงิด รำคาญใจ คิดด้วยความทุกข์ ห่วงหาอาลัยอาวรณ์ คิดด้วยความวิตกกังวล คิดด้วยความเพลิดเพลินติดใจ

แต่สอนให้คิดอย่างมีเหตุผล เป็นระบบ มีโยนิโสมนสิการ มีสติและธรรมวิจัย

และสอนวิธีทำจิตใจให้สงบ จนถึงขั้นฌาน (อัปปนาสมาธิ)

๕. เน้นการพึ่งพาตนเองและเน้นหลักกรรม (กรรมนิยม) ซึ่งต่างจากศาสนาหรือลัทธิที่เชื่อและพึ่งพาพระเจ้า (อิสสรนิมมานเหตุทิฏฐิ Theism) และเป็นเรื่องของเหตุผล เรื่องของความยุติธรรม ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว (ทำดี - ดี, ทำชั่ว - ชั่ว) (action = reaction) เราทำกรรมอันใดไว้ เราจักเป็นผู้รับผล เรามีกรรมเป็นแดนเกิด เป็นทายาท เป็นเผ่าพันธ์ เป็นที่พึ่งอาศัย เป็นของของตน (กรรมเหตุทิฏฐิ)

๖. ทุกอย่างเป็น ‘อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา’ ทุกอย่างไม่ใช่ของๆ ตน เว้น ‘กรรม’ ที่เป็นของของตน เมื่อทำแล้ว แม้จะไม่ต้องการ ไม่ยอมรับ ปฏิเสธ ต่อต้าน หรือหนี ก็จะติดตามตัวไปตลอด ทุกอย่างเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ยกเว้น ‘นิพพาน’

๗. มองโลกในแง่ความเป็นจริง (ยถาภูตญาณทัสสนะ) ไม่ใช่แง่ดีเกินไป Optimist (โลกสวย) หรือแง่ร้ายเกินไป Pessimist (โลกซวย)

๘. ไม่เบียดเบียนตน ไม่เบียดเบียนท่าน มองสัตว์โลกด้วยความเป็นเพื่อนรัก เกิด แก่ เจ็บ ตาย ผู้ร่วมทุกข์ ด้วยความรักเมตตา ความเอ็นดูสงสาร ไม่ทำร้าย ไม่ฆ่า ไม่สั่งให้ฆ่า ไม่คิดเอามาเป็นอาหาร รัก และไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม

๙. สอนให้เป็นผู้ให้ ผู้เสียสละ ผู้เสียเปรียบ (วิเจยยทาน, จาคะ) อย่างรู้เท่าทัน

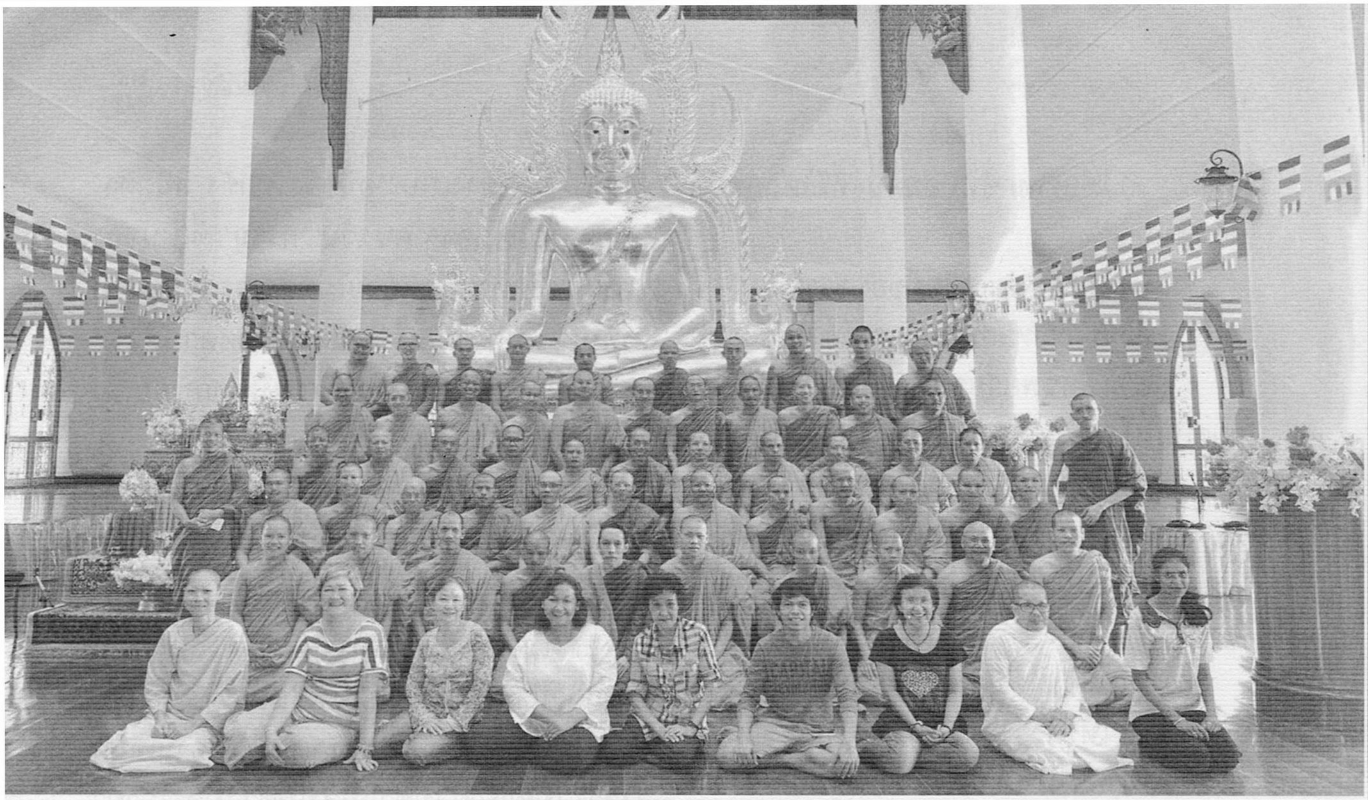
๑๐. สอนให้อยู่เหนือโลก (โลกุตตระ) คือ อยู่กับโลก โดยไม่ถูกโลกธรรม ๘ เล่นงาน ไม่ได้สอนให้หนีโลก (โลกันตะ)

๑๑. มีอุดมการณ์ ‘โลกวิทู - โลกุตตระ - โลกานุกัมปายะ’ คือ รู้เท่าทันโลก จนถึงรู้แจ้งโลก, อยู่เหนือโลก คือเหนือโลกธรรม, เกื้อกูล อนุเคราะห์โลก

๑๒. สอนสวรรค์ในอก นรกในใจ คือ สวรรค์ นรก ที่อายตนะทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ใจ (ฉ ผสฺสายตนิกา นาม สคฺคา, ฉ ผสฺสายตนิกา นาม นิรยา)

๑๓. สอนอดีต ปัจจุบัน อนาคต โดยเน้นสติที่ปัจจุบันขณะว่า เป็นของจริง ที่กำลังเกิดดับ ที่นี่ เดี๋ยวนี้

การจะทำอะไรได้ แก้ไขปรับปรุงพัฒนาอะไรได้ ต้องอยู่ที่ปัจจุบัน ซึ่งเป็นเวลาที่มีอยู่จริงเป็นสภาวะจริง



อดีต คือสิ่งที่ผ่านมาแล้ว ไม่ควรคิดถึงด้วยอาลัย แต่สามารถนึกมาคิดทบทวนเป็นบทเรียน ข้อคิด ข้อมูลได้ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาปรับปรุง

ไม่ควรกังวลถึงอนาคตที่ยังไม่มาถึง แต่สามารถวางแผนกำหนดเป้าหมายได้ เพื่อที่จะได้กระทำในปัจจุบัน ให้เป็นเหตุให้เหมาะควร นำสู่ผลที่ตั้งใจไว้

๑๔. ธรรมะ ไม่ได้หมายถึงแต่อะไรดีๆ สูงๆ เท่านั้น แม้แต่บาป ความชั่ว นิวรณ์ ๕ โลภ โกรธ หลง ล้วนคือธรรมะที่เราต้องศึกษา (สิกขา) เรียนรู้ให้เข้าใจ รู้เท่าทัน จนถึงต้นตอ รากเหง้า ที่เกิดสาเหตุ (โยนิโสมนสิการ) [ทุกขอริยสัจนั้น ควรกำหนดรู้ (ทุกฺขํ อริยสจฺจํ ปริญฺเญยฺยํ)]

เมื่อรู้แล้ว ก็แก้ไขหรือดับได้ถูกจุด [ทุกขสมุทยอริยสัจ (ต้นเหตุแห่งทุกข์) นั้นควรละ (ทุกฺขสมุทโย อริยสจฺจํ ปหาตพฺพํ)]

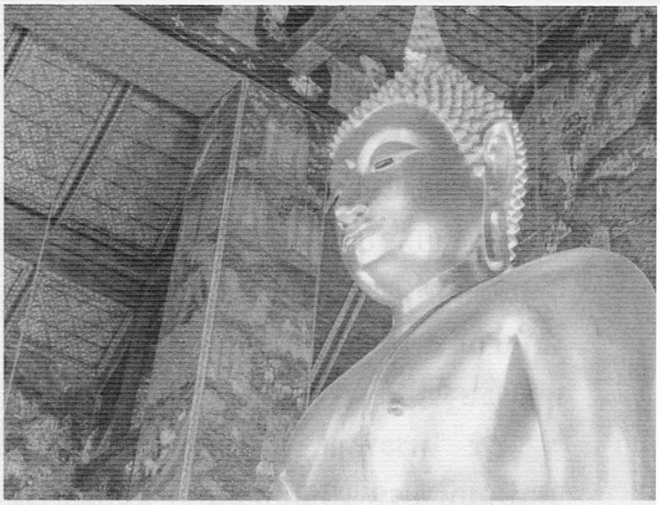
ฉะนั้น เมื่อกิเลส ตัณหา มานะเกิด พึงมีสติเรียนรู้ธรรมวิจัย จนเกิดปัญญา และฝึกลดละเอาชนะ เป็นครั้งคราวไป

๑๕. ให้ความสำคัญกับมิตรสหาย บุคคลสิ่งที่คลุกคลี เกี่ยวข้อง ไอดอล บุคคลในดวงใจที่เป็นต้นแบบที่เราใฝ่ฝันเอาอย่าง บูชา และสังคมสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นรากฐานของชีวิต มีอิทธิพลต่อทิฏฐิ ความเห็น ความเชื่อ ความคิด ทัศนคติ ว่า อเสวนา จ พาลานํ, ปณฺฑิตานญฺจ เสวนา, ปูชา จ ปูชนียานํ, ปฏิรูปเทสวาโส จ., สปฺปุริสสํเสว, กาเลน ธมฺมสฺสวนํ, กาเลน ธมฺมสากจฺฉา (ไม่คบคนพาล, คบบัณฑิต, บูชาคนที่ควรบูชา, อยู่ในปฏิรูปเทส, ซ่องเสพสัตบุรุษ, ฟังธรรมตามกาล, สนทนาธรรมตามกาล) และสัปปายะ ๗* สิ่งที่สบายเหมาะสมเอื้อเฟื้อ เกื้อกูล ต่อการพัฒนาชีวิตจิตใจ

มิตรดีสหายดี สังคมสิ่งแวดล้อมดี เป็นทั้งหมดทั้งสิ้นของพรหมจรรย์

๑๖. สอนให้ลดละความเห็นแก่ตัว รู้จักให้ทานเพื่อประโยชน์ผู้อื่น รักษาศีล เพื่อลดละการเบียดเบียนผู้อื่นและตน ภาวนา คือพัฒนาจิตให้เจริญ ให้บริสุทธิ์จากความเห็นแก่ตัวมากขึ้น เสีย

*สัปปายะ ๗ = อาวาสสัปปายะ โคจรสัปปายะ ภัสสสัปปายะ ปุคคลสัปปายะ โภชนสัปปายะ อุตุสัปปายะ อิริยาปถสัปปายะ



สละเพื่อผู้อื่นมากขึ้น จนถึงขั้นละโลภ เป็นผู้ให้ ละโกรธ เป็นผู้มีความเมตตากรุณา เลิกหลง เป็นผู้ตื่น ผู้รู้ ผู้เบิกบาน มีสติปัญญา รู้แจ้งแทงตลอดในความจริงของชีวิตได้หมด

๑๗. สัตว์โลกสามารถพัฒนาตัวเองได้ จากต่ำสุด ไปสู่จุดสูงสุด คือ จิตสัตว์นรก เปรต อสุรกาย เดรัจฉาน ไปเป็นจิตมนุษย์ เทวดา พรหม อริยบุคคล พระอรหันต์ พระโพธิสัตว์ พระพุทธเจ้าได้ หรือเมื่อเจริญแล้ว ก็เสื่อมต่ำลงได้ ถ้ายังไม่เป็นพระอริยะ และประมาทมัวเมา บางอย่างภายในชาติเดียว บางอย่างผ่านกาลเวลาหลายภพชาติยาวนาน ที่มีรูปกาย สถานที่เกิด ที่อยู่ เปลี่ยนแปลงไปตามแรงวิบากกรรม

๑๘. สอนให้มองและคิดพิจารณาอย่างเป็นเหตุผล ตามเหตุปัจจัย องค์ประกอบ ความสืบเนื่อง เชื่อมโยง สัมพัทธ์ สัมพันธ์ เป็นอิทัปปัจจยตา ปัจจยาการ ปฏิจจสมุปบาท เป็นระบบ ตามนิยาม ๕ คือ 'อุตุนิยาม พีชนิยาม จิตนิยาม กรรมนิยาม ธรรมนิยาม' ซึ่งเป็นพลังงานตามธรรมชาติที่เป็นเช่นนั้นเอง (ตถตา) ไม่สามารถกำหนดเบื้องต้น ท่ามกลาง เบื้องปลายได้

๑๙. สรรพสิ่งโดยปรมัตถ์ มีแค่ 'นามกับรูป' 'สติปัฏฐาน ๔' เป็นการฝึกพัฒนาสติ เพื่อให้รู้นามรูป คือผู้รู้กับสิ่งที่ถูกรู้ จนเห็นเกิดดับ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา การมีสติใน 'กาย เวทนา จิต ธรรม' เบื้องต้นอาจแยกทำทีละเรื่อง จนคุ้นเคย ต่อไปสามารถพิจารณาร่วมกัน กลับไปกลับมาได้ ขึ้นกับว่า สภาวะอะไรปรากฏชัดขณะนั้น

๒๐. เมื่อกระทบสัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เกิดสุข - ทุกข์ - อุเบกขา เวทนาใด ทางจิต ก็ให้รับรู้เท่าทัน ถ้าจิตชอบ - พอใจ - ดูด - ยึดสุขเวทนา หรือจิตผลัก - ชัง - ไม่ชอบ - ไม่พอใจทุกขเวทนา ก็ให้วางจิตให้นิ่งเป็นกลาง ไม่ดูด - ไม่ผลัก ไม่ชอบ - ไม่ชัง ไม่ยึด แต่ปล่อยวางทั้ง ๒ อย่าง คือ ให้ละความยินดียินร้ายในโลกเสีย หรือปล่อยละวางโลภะและโทสะ ทำจิตให้สงบนิ่ง ไม่หวั่นไหว มั่นคง เป็นอุเบกขา (อโลภะ, อโทสะ)

๒๑. 'อริโยสัมมาสมาธิ' คือความตั้งจิตมั่นชอบในอริยมรรคมีองค์ ๘ ข้อสุดท้าย จะต้องมีสัมมามรรค ๗ ข้อแรก เป็นเหตุปัจจัย เป็นองค์ประกอบ เป็นเครื่องแวดล้อม สุดท้ายรวมตัวเป็นมรรคสมังคี มีความพร้อมเพรียงกันเกิด 'สัมมาญาณ สัมมาวิมุตติ'

๒๒. นอกจากสัมมาทิฏฐิของพุทธศาสนาแล้ว จำแนกลัทธิคำสอนในโลกนี้อย่างละเอียด เป็นมิจฉาทิฏฐิ ๖๒ ประเภท

๒๓. ไม่มี "พระเจ้าสูงสุด" องค์ใดองค์หนึ่ง แต่มีเทพเทวา พระเจ้า มากมายในจักรวาล อาจมีฤทธิ์มากบ้างน้อยบ้าง อาจอายุยืนยาวมากๆ จนเจ้าตัวหลงลืม คิดว่าเป็นอมตะ หลงตนว่าเป็นอัตตาสูงสุด แต่ก็ล้วนอนิจจัง ไม่เที่ยงแท้ อนัตตา คือไม่สามารถกำหนดได้ดังใจทุกอย่าง และกำหนดแม้ตนเองตลอดกาลไม่ได้ ต้องกลับมาเวียนว่ายในวัฏสงสาร ตราบยังไม่ปรินิพพาน

ถ้าพระเจ้า หมายถึงผู้สร้างทุกสิ่งทุกอย่าง นั่นไม่มีในศาสนาพุทธ แต่ธรรมชาติตามนิยาม ๕ คือทุกสิ่งทุกอย่างที่มีพลัง มีอำนาจในตัวมันเอง การเกิดดับของชีวิต ของโลก ของจักรวาล ของปรากฏการณ์ทั้งหลาย ก็เป็นไปตามกฎของ

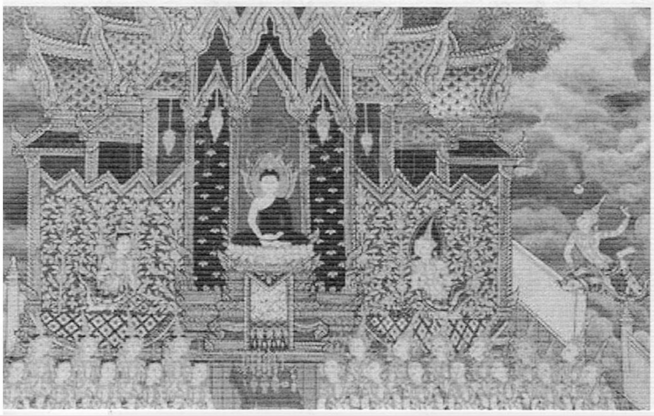
นิยาม ๕ ซึ่งแยกบางส่วนมาเป็นการค้นพบและอธิบายด้วยความรู้ทางวิวัฒนาการของวิทยาศาสตร์มากขึ้นเรื่อยๆ จะเรียก **'พลังงานในนิยาม ๕'** ว่า "พระเจ้า" ก็สมมติเรียกโดยบุคลาธิษฐานได้

๒๔. "พระพุทธเจ้า" ไม่ใช่พระเจ้า (God) แต่เป็นมหาบุรุษ เป็นยอดมนุษย์ ผู้มีคุณธรรมสูงสุดของจักรวาล เป็นผู้บริสุทธิ์ เลิศสุด เป็น 'สัพพัญญู' เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก (the Great Teacher or the Great Master of all Gods and Men)

๒๕. แม้พระพุทธเจ้าจะเป็นผู้มีฤทธิ์สูงสุดกว่าใครในไตรภพ บริสุทธิ์หมดจด ไร้ธุลีมลทินใด ฟอกวาสนาเกลี้ยงเกลาแล้ว ก็ยังไม่พ้นอำนาจแห่งวิบากกรรมที่ทำไว้ในอดีต

๒๖. สวรรค์นรกของพุทธ จะไม่นิรันดร แต่อาจจะยาวนานมาก จนเมื่อพ้นวิบาก ก็กลับมาเกิดใหม่ในภพภูมิต่างๆ ตามวิบากกรรมชุดใหม่ ขณะที่ของศาสนาอื่นนั้น พระเจ้ามักนิรันดร

๒๗. เป็นศาสนาแห่งปัญญา แต่ก็ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ความเชื่อ ให้อิสระในการไตร่ตรองพินิจพิจารณา ไม่บังคับ จะคิดนึก-พูด-ทำอะไรก็ต้องรับผิดชอบการกระทำของตน (กิเลส --> กรรม --> วิบาก) ไม่มีพระเจ้าไหนมารับผิดชอบแทน ผิดกับศาสนาที่เชื่อพระเจ้า ที่มักบังคับไม่ให้คิด ไม่ให้สงสัย ไม่ให้ถาม และมักข่มขู่ด้วยโทษทุกข์ที่นรก กับล่อด้วยรางวัลสุข สวรรค์ อาจบวกด้วยอาญาทางสังคม และกฎหมาย มาบีบบังคับกดดัน มีแต่ศรัทธาความเชื่อล้วนๆ ใครคิดต่างก็อยู่ร่วมสังคมกันลำบาก เมื่อทำผิด ชั่วบาป ก็สามารถไถ่โทษได้ง่ายๆ เพราะพระเจ้าจะประทานอภัยให้ หรือรับทุกข์แทน



๒๘. 'อวิชชา ตัณหา อุปาทาน' คือ ต้นเหตุการเกิดในวัฏสงสาร ถ้ายังไม่รู้แจ้งแทงทะลุตลอดจนเกิดอาสวักขยญาณ ก็ยังมีเชื้อ หรือพลังงานผลักดันให้เกิดอีก

๒๙. แท้จริง ทุกข์เท่านั้น ที่เกิดขึ้น - ตั้งอยู่ - ดับไป ทางพ้นทุกข์ คือ 'อริยสัจ ๔ - อริยมรรค ๘ - โพธิปักขิยธรรม ๓๗' นิพพานแท้มีแต่เฉพาะในศาสนาพุทธ เป็นความดับทุกข์โดยสิ้นเชิง สงบสันติอย่างยิ่ง ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิด สุขๆ ทุกข์ๆ อีก เป็นสุดยอดแห่งธรรมทั้งปวง

๓๐. 'วิปัสสนาญาณ ๑๖' จะเกิดขึ้นตามลำดับ ถ้าปฏิบัติถูกต้อง เป็นการยืนยันว่า เดินบนทางสัมมาอริยมรรค

๓๑. 'บารมีเก่า' สำคัญ แต่เป็นเรื่องลึกซึ้งซับซ้อนเกินที่คนทั่วไปจะประเมินรู้ได้ง่าย เพราะบารมีแม้ดี (ปุพฺเพ จ กตปุญฺญตา) แต่อาจมีวิบากมาเบียดเบียนบดบังก็ได้ เรื่องอดีตที่ทำไปแล้วแก้ไขไม่ได้ การตั้งตนและเป้าหมายไว้ในทางชอบ (อตฺตสมฺมาปณิธิ) บวก 'อิทธิบาท ๔' ในปัจจุบันจึงสำคัญที่สุด เพราะสามารถฝึกฝนพัฒนาแก้ไขให้เจริญก้าวหน้า จนประสบผลสำเร็จได้ แม้ทำบุญไว้แต่ปางก่อนดี แต่ประมาท ก็อาจเสียชาติเกิด (โมฆบุรุษ) มีสิทธิ์ตกอบายได้ง่ายๆ

เวียนว่ายในวัฏฏะ ยากมากจะได้พบพาน
พุทธะอุบัติกาล มนุษย์ฐานปัญญามี
หากยังพลั้งประมาท พลาดโอกาสหลายกัปปี
ทุกข์เนาเผาชีวี ไม่มีวันสันติ์จำเริญ ฯ



พระธรรมเทศนา

พระอาจารย์ชยสาโร (พระราชพัชรมานิต)

อิสระแท้

สวัสดีปีใหม่ ทุกคน

คนเราพอเกิดแล้ว ก็แก่ขึ้น...แก่ขึ้น... ประมาณ ๔๐ ปี ก็แก่ลง...แก่ลง... ตาย ถึงแม้ว่าชีวิตเราจะมีครอบครัวที่อบอุ่น มีลูก มีหลาน มีเหลน แต่ไม่กี่ปีเขาก็ลืมเรา มีแต่ชื่อเราที่อาจหลงเหลืออยู่ในความทรงจำของบางคน และความทรงจำเหล่านั้น ก็ต้องเสื่อมลงๆ เช่นกัน แล้ว **"คุณค่าของชีวิต"** อยู่ตรงไหน **เราเกิดมาแล้วจะใช้ชีวิตอย่างไร จึงจะจากโลกนี้ไปด้วยความรู้สึกภาคภูมิใจ** ไม่ใช่ภาคภูมิใจในเรื่องวัตถุ หรือในเรื่องการประกอบอาชีพอย่างเดียว แต่ภาคภูมิใจในความเป็นมนุษย์ของเรา

ชีวิต

ชีวิต ตั้งคำถามให้กับคนเรามากมาย แต่คนเราส่วนใหญ่ไม่สนใจคำถามของชีวิต อยู่ไปวันๆ จนกระทั่งชีวิตหมดไป ถ้าจะสรุปคำว่า "ชีวิต" สั้นที่สุด คำเดียว คำนั้นคือ **"อนิจจัง"** เป็นภาษาไทยก็คือ **"ความเปลี่ยนแปลง"** เราอยู่ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลง ผู้ที่รู้สึกว่าความเปลี่ยนแปลงเป็นปัญหาและมาคุกคาม



เพราะถือว่าตัวเองเป็นผู้แปลกแยกจากความเปลี่ยนแปลง ความเปลี่ยนแปลงอยู่รอบตัวเราที่ไม่เปลี่ยนแปลง เรามองไม่เห็นความจริงว่าชีวิตเราคือกระแสของความเปลี่ยนแปลง เมื่อเราไม่ได้ดูความจริงของกายของใจบ่อยๆ จะรู้สึกเหงา ว้าเหว่ เครียด และกลัวความเปลี่ยนแปลงที่อยู่รอบตัวเรา ซึ่งเร็วขึ้นๆ ทุกปี และเปลี่ยน-แปลงในลักษณะที่เราไม่มีอำนาจควบคุมได้ **และสิ่งที่ทำให้คนเราตระหนกตกใจมากที่สุด Panic มากที่สุด คือความรู้สึกว่า ไม่มีอำนาจควบคุมสิ่งที่ท้าทายนั้น**



ยึดมั่น ถือมั่น

เมื่อ ๒๐ ปีที่แล้ว นักวิชาการส่วนใหญ่ตื่นเต้นกับเรื่องกระแสโลกาภิวัตน์ ต่างมองกันในแง่ดีว่าจะทำให้เราเป็นโลกใบเดียวกัน ทุกคนเป็นพี่เป็นน้องกัน ความยึดมั่นถือมั่นในเชื้อชาติ ในลัทธิต่างๆ จะน้อยลง ด้วยพลังของการสื่อสารที่ทั่วถึง ผลออกมาเกือบจะตรงกันข้ามกับที่พยากรณ์ไว้ เพราะความยึดมั่นถือมั่นในศาสนา ความยึดมั่นถือมั่นในเชื้อชาติ ความยึดมั่นถือมั่นในรูปแบบต่างๆ กลับเพิ่มมากขึ้น ที่เป็นเช่นนั้นน่าจะเป็นเพราะความเปลี่ยนแปลงในโลกเร็วขึ้น

เมื่อปุถุชนทั่วไปเจอความเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็ว ป้องกันไม่ได้ ฝืนไม่ได้ ควบคุมบังคับไม่ได้ เขาต้องหาอะไรสักอย่างที่ไม่เปลี่ยนแปลงเป็นที่พึ่ง เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ และสิ่งที่มักจะตอบสนองความต้องการเช่นนี้มากที่สุด คือความยึดมั่นถือมั่นในศาสนา ความยึดมั่นถือมั่นในเชื้อชาติ เพราะทำให้รู้สึกว่ามีอะไรที่มั่นคง หนักแน่นคงที่ ไม่เปลี่ยนแปลง

พระพุทธศาสนาเห็นโทษในความคิดเช่นนี้ และสอนเราว่า เมื่อเรานั่ง เดิน หรือยืน อยู่กับตัวเอง อยู่กับความจริงของกายของใจแล้ว **"ตัวเรา"** อยู่ตรงไหน ตัวเราอยู่ในกายหรือไม่ อยู่ในความรู้สึก หรือตัวเราอยู่ในความจำหรือไม่ ตัวเราอยู่ในกิเลส หรืออยู่ในคุณธรรมหรือไม่ ตัวเราอยู่ในการรับรู้ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หรือไม่ **ยิ่งมองก็ยิ่งไม่เห็น มีแต่กระแสของสังขารที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป** เมื่อเราเห็นความจริงของตนแล้ว เราจะเห็นว่า ตัวเรา กับสิ่งนอกตัวเราก็ไม่แตกต่างกัน ตัวเราก็เปลี่ยนแปลงรวดเร็วมากเหมือนกัน

เมื่อเรามองตัวเองด้วยอวิชชา คือขาดปัญญา ขาดการไตร่ตรอง เราจะรู้สึกว่า ตัวเราเป็นสิ่งที่เปราะบาง มั่นคง แต่พร้อมที่จะไม่มั่นคงตลอดเวลา ความเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่น่ากลัว น่าตระหนกตกใจ แต่พอมองเห็นชีวิตเราตามความเป็นจริง ความรู้สึกอย่างนี้ก็ค่อยสลายไป ไม่ต้องยึดติดในศาสนา ไม่ต้องยึดติดในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า "ไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ที่เกิดขึ้น แล้วดับไป ที่จะให้ความปลอดภัยได้ร้อยเปอร์เซ็นต์ แล้วพระพุทธองค์ตรัสเรื่องทุกข์ว่า *"สิ่งใดในโลกนี้ ไม่ว่าดี ไม่ว่าชั่ว เมื่อยึดมั่นถือมั่นว่าเรา ว่าของเราเมื่อไร จะทำให้เราเป็นทุกข์"* หมายถึง สิ่งทั้งหลายในโลกนี้ พร้อมที่จะ "กัด" เราอยู่ตลอดเวลา รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ทุกสิ่งทุกอย่าง พร้อมจะกัดให้เราเจ็บอยู่ตลอดเวลา ถ้าเทียบกับงูมีพิษ ถึงงูจะมีพิษ หากเราไม่ไปเหยียบมัน มันคงไม่กัดเรา มันกัดเราเพราะเราไปเหยียบมัน เพราะเราไม่รู้จักวิธีปฏิบัติต่อมันในทางที่ถูกต้อง

โลกที่เราอยู่อาศัยนี้ ถ้าเรามีปัญญา รู้จักปฏิบัติต่อมันอย่างถูกต้อง เราก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ ทุกข์ทางใจเกิดเพราะเหตุ และมนุษย์เราสามารถละเหตุให้เกิดทุกข์ได้ เหมือนเราเดินอยู่ในป่าเต็มไปด้วยงูพิษ ถ้าแสงไม่พอก็ใช้ไฟฉาย ถ้าเราระมัดระวัง ก็อยู่ได้ตลอดชีวิต...ไม่อันตราย ดังนั้นโลกที่เปลี่ยนแปลงนี้ ถ้าเรามองด้วยอวิชชาโดย

ขาดปัญญา จะรู้สึกอย่างหนึ่ง แต่ถ้าเราฝึกจิตให้รู้เห็นตามความเป็นจริง มีปัญญา จะรู้สึกอีกอย่างหนึ่ง ไม่ใช่ว่าการเกิดเป็นมนุษย์จะต้องเป็นทุกข์ ทุกข์เกิดขึ้นเพราะมนุษย์เราขาดปัญญา หรือขาดการพัฒนาปัญญา

"ความยึดมั่นถือมั่นว่า เป็นเรา เป็นของเรา" คำนี้สำคัญที่สุดที่เราควรจะทำความเข้าใจ เมื่อใดที่เราเชื่อว่าสิ่งนั้นเป็น "เรา" เป็น "ของเรา" ความรู้สึกใน "เรา" ใน "ของเรา" ปรากฏรุนแรงแล้ว จะเกิดความแบ่งแยกระหว่างของเรา กับสิ่งที่ไม่ใช่ของเรา รู้สึกว่าของเราด้อยกว่า ของเขาดีกว่า อยากจะได้ของเขา ไม่พอใจที่เขาได้มากกว่าเรา หรือบางทีเครียด เมื่อได้มาเป็นของเราแล้ว มีศัตรูเยอะ จะป้องกันไม่ให้คนอื่นแย่งชิงไปได้อย่างไร ฉะนั้น ความทุกข์ใจเกิดขึ้นทันที เมื่อเรายึดว่าสิ่งใดเป็นเรา เป็นของเรา นี่คือสมมติฐานที่พระพุทธองค์ทรงฝากไว้ให้เราพิจารณาว่าใช่ หรือไม่ใช่ เริ่มตั้งแต่ร่างกาย ที่ว่าร่างกายของเรานั้น เป็นของเราด้วยลักษณะไหน ด้วยเหตุผลอะไร

ตัวเรา ของเรา

หลวงพ่อชา อาจารย์ของอาตมาเคยสอนเรื่องนี้บ่อยๆ ว่า *"ถ้าร่างกายเป็นของเรา ก็สั่งมันได้สิว่า อย่าเพิ่งแก่เลย...อย่าเพิ่งเจ็บเลย...อย่าเพิ่งตายเลย"* เพราะการเป็นเจ้าของในสิ่งใด หมายถึงว่า เรามีอำนาจเหนือสิ่งนั้น ถ้าเราเป็นเจ้าของร่างกาย เราต้องสั่งมันได้ แล้วมันก็ต้องเชื่อฟังเรา แต่ร่างกายเราไม่เคยเชื่อฟังเลยใช่หรือไม่ แม้เราดูแลเต็มที่ เพื่อสุขภาพกาย เพื่อความสวย ความงามของกาย ในที่สุดมันก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เราจะสังเกตเห็นโทษเมื่อเราเจ็บไข้ได้ป่วย ผู้ที่ยึดมั่นถือมั่นในกายมาก เมื่อเจ็บไข้ได้ป่วยจะซึมเศร้า หดหู่ใจง่าย เพราะเขาจะถือว่า "ตัวเขา" เจ็บ ไม่ใช่เรื่องของร่างกาย แต่เป็นเรื่องชีวิตจิตใจ



ผู้ที่สังเกต รับรู้ธรรมชาติของกายว่า เป็นดิน น้ำ ไฟ ลม ที่เรายืมมาใช้ชั่วคราว มันมีความแปรปรวนในทางที่ผิดปกติ ทำให้เจ็บไข้ได้ป่วย จะมีความรู้สึก **"ธรรมดา"** เห็นมันเป็นเรื่องธรรมดา ไม่ใช่ว่าไม่รักษา ก็รักษาเหมือนกัน อยากหายเหมือนกัน แต่ไม่สะเทือนใจมาก จิตไม่สะทกสะท้าน รู้ว่าเป็นธรรมดาของกาย เมื่อมีเหตุมีปัจจัย มันก็เจ็บไข้ได้ป่วย เป็นเรื่องธรรมดา คำว่า "ธรรมดา" ไม่ได้เป็นแค่คำปลอบใจเฉยๆ แต่เป็นคำสรุปของ "ปัญญา" ที่รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า กายดำรงอยู่ หรือเปลี่ยนแปลงไป ก็ตามเหตุตามปัจจัย เป็นเรื่องธรรมดา

"เวทนา" ความรู้สึก สุข ทุกข์ เฉยๆ เป็นเรา เป็นของเราหรือไม่ ถ้าสุขเวทนาเป็นของเราจริง เราก็ต้องบังคับมันได้ เช่น ตอนนี้ไม่ค่อยมีความสุขเลย ขอให้เรามีความสุขเดี๋ยวนี้ สั่งให้ความสุขเกิดขึ้น และเมื่อความสุขเกิดขึ้น ก็สั่งให้มันอยู่นานๆ มันทำไม่ได้ เพราะความสุข ความทุกข์ ความเฉยๆ นั้น สลับกันอยู่ตลอดเวลา เราไม่ใช่เจ้าของมัน ถ้าเราอยากเป็นเจ้าของมัน หรือเชื่อว่าเราเป็นเจ้าของมัน เมื่อเกิดทุกขเวทนาจนทนไม่ได้ อาการที่เราบังคับไม่ได้นั้น แสดงให้เห็นว่าเวทนานี้ไม่ฟังเราเลย เวทนาจะเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ก็ตามเหตุตามปัจจัย

ความทรงจำ หรือ **“สัญญา”** อาจจะเห็นง่ายว่า ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เพราะคนเรามักขี้ลืม อยากจะจำ แต่ก็จำไม่ได้ มันลืม **“ความลืม”** มันเกิดขึ้นได้อย่างไร ตามอายุสังขารที่มากขึ้นก็มี เพราะไม่ได้ตั้งใจจำก็มี ตั้งใจจำ แต่ก็มีทั้งจำได้จำไม่ได้ “ความระลึกได้” เกิดขึ้นเพราะสัญญาในขณะที่เรียน ขณะที่พูด ขณะที่ทำ ความระลึกได้ก็เป็นไปตามเหตุปัจจัย จะว่าเป็นของเราจริงๆ ก็ไม่ได้ เพราะมันไม่ได้อยู่ใต้บังคับบัญชา

“กิเลส” ก็เช่นกัน กิเลสไม่เคยหายไปเพราะเราไม่อยากมีกิเลส หรือ เพราะอ้อนวอนสิ่งศักดิ์สิทธิ์ สิ่งเหล่านี้ไม่ได้อยู่ใต้การบังคับบัญชาของเรา หรือใต้การบังคับบัญชาของสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ไหน มันจะมีหรือไม่มี ก็ตามเหตุปัจจัย

การรับรู้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็เหมือนกัน เราเลือกไม่ได้นะ สิ่งใดปรากฏต่อหน้าเรา เราก็ต้องรับรู้สิ่งนั้น ดังนั้น เราดูชีวิต แยกแยะว่ากาย ว่าความรู้สึก ว่าความทรงจำ (สัญญา) ว่ากุศลธรรม อกุศลธรรมอยู่ในจิตใจ

ตัวเรา...ตัวชีวิต อยู่ตรงไหน สิ่งใดที่ชี้ได้ว่านั่นคือตัวเรา มันไม่มี ตัวเรามีอยู่ในลักษณะเป็น **“กระแส”** เหมือนแม่น้ำ **ชีวิตเป็นกระแส ชีวิตไม่ใช่สิ่งใดสิ่งหนึ่ง และเมื่อเราเห็นความเป็นกระแสตามเหตุตามปัจจัยของชีวิต เราจะอยู่ในกระแสของเหตุปัจจัยรอบตัวได้อย่างสอดคล้อง ไม่รู้สึกแปลกแยก**

เพียรพัฒนาตน

เมื่อเราเกิดเป็นมนุษย์แล้ว ถือเป็นโอกาสทองที่จะพัฒนาตนเอง คนเราสำเร็จความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นมนุษย์ที่แท้จริง ก็ด้วยการฝึกตน **หลักการสำคัญของศาสนาพุทธ คือ เชื่อมั่นในศักยภาพของมนุษย์ที่จะพัฒนาตน** เชื่อว่า *“ข้าพเจ้าละบาปได้ ข้าพเจ้าบำเพ็ญกุศลได้ ข้าพเจ้าชำระ*



จิตใจของตนให้ขาวสะอาดได้” นี้คือหลักความเชื่อในพุทธศาสนาที่สำคัญ และที่เราเชื่อสิ่งเหล่านี้ก็เพราะเราเชื่อมั่นใน **“กฎแห่งกรรม”**

พระพุทธองค์ทรงเรียกศาสนาพุทธว่า เป็นศาสนาประเภท **“วิริยวาท”** เป็นศาสนาที่ถือ**ความเพียรเป็นใหญ่** ในสมัยพุทธกาล พระพุทธองค์ทรงตำหนิลัทธิและศาสนาที่ถือว่า ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามการดลบันดาลของสิ่งศักดิ์สิทธิ์ พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ถ้าเป็นเช่นนั้น คนเราก็ไม่ต้องทำอะไร เพราะทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามความประสงค์ของเทพ ของสิ่งศักดิ์สิทธิ์ แล้วพระพุทธองค์ทรงตำหนิลัทธิและศาสนาที่สอนว่า ทุกสิ่งทุกอย่างไร้เหตุผล ตายแล้วสูญ พระพุทธองค์ตรัสว่า ถ้าไม่มีความสัมพันธ์กันระหว่างเหตุกับผล การกระทำ กับผลของการกระทำแล้ว จะทำอะไรไปทำไม

พระพุทธองค์ถือว่า วิริยะ ความเพียรเป็นใหญ่ วิริยะ ความเพียรมีความหมาย เพราะคนเราเปลี่ยนชีวิตตัวเองได้ พิสูจน์ง่ายๆ...ดูชีวิตเราในปัจจุบัน กับชีวิตเมื่อ ๑๐ ปีที่แล้ว มีนิสัยที่ไม่สู้จะดีในอดีตบ้างหรือไม่ ซึ่งตอนหลังเราสามารถละมันได้ หรือบรรเทาลงได้ เช่น เคยสูบบุหรี่จัด เคยนั่น เคยนี่ ตอนหลังก็เลิกได้ แค่นี้ก็เป็นการพิสูจน์ว่า คนเราสามารถเลิกในสิ่งที่เราเคยหลงได้ และถ้าเราเลิกสิ่งนั้นได้ สิ่งอื่นที่เราหลงใหลอยู่ ทำไมจะเลิกไม่ได้ ส่วนคุณงามความดี ถ้าเทียบชีวิตปัจจุบัน กับชีวิตเราเมื่อ ๑๐ ปีที่แล้ว ก็น่าจะมีบางสิ่งบางอย่างที่ดีงาม ที่เราภาคภูมิใจ

ที่เมื่อ ๑๐ ปีที่แล้วไม่มี แค่นี้ก็พอพิสูจน์ได้ว่า คนเราสามารถบำเพ็ญ สามารถสร้างสิ่งดีงามขึ้นมาในชีวิต แล้วถ้าความดีเหล่านี้เกิดขึ้นได้ด้วยความเพียร ทำไมความดีอย่างอื่นๆ จะเกิดขึ้นไม่ได้

เราเชื่อด้วยเหตุผล และสิ่งที่เราเชื่อ เป็นสิ่งที่เราต้องพิสูจน์ ดังนั้น ความเชื่อในพุทธศาสนาจึงนำไปสู่ความเพียร **ถ้า "สักแต่ว่าเชื่อ" แต่ไม่ทำความเพียรที่จะพิสูจน์ว่า สิ่งที่เชื่อนั้นจริงหรือไม่ แสดงว่าความเชื่อนั้น ยังไม่ใช่ "ศรัทธา" ในความหมายของพระพุทธเจ้า** ดังนั้น ชีวิตเราจึงเป็นชีวิตแห่งความเพียร ชีวิตแห่งการฝึกตน ชีวิตจะมีความหมาย มีแก่นสารสาระก็ด้วยการฝึกตน

ถ้าเราอยากจะให้จิตสงบ มันก็คงไม่สงบได้ทุกวัน แต่ถ้าเรามองชีวิตเป็นการฝึกตน เป็นการศึกษาความเป็นมนุษย์ของเรา ไม่มีวันไหนที่เราจะฝึกไม่ได้ บางวันอาจจะง่าย บางวันอาจจะยาก แต่ไม่มีวันไหนที่เราทำความเพียรไม่ได้ ความเพียรทั้ง ๔ ได้แก่ ๑. ความเพียรในการป้องกันอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ไม่ให้เกิดขึ้นได้ ๒. ในกรณีที่อกุศลธรรมเกิดขึ้นแล้ว ก็เพียรพยายามที่จะระงับอกุศลธรรมนั้น ๓. เพียรพยายามปลูกฝังคุณงามความดีที่ยังไม่มีให้ปรากฏอยู่ในจิตใจ และ ๔. เพียรพยายามพัฒนาสิ่งดีงามที่เกิดขึ้นแล้ว ให้เจริญยิ่งๆ ขึ้นไป

เวลาเรานั่งสมาธิ เป็นการปฏิบัติธรรมในรูปแบบ เราได้จัดสรรสิ่งแวดล้อมต่างๆ ให้เอื้อ



ที่สุดต่อการภาวนา พอเรานั่งแล้ว ก็พยายามสร้างความสัมพันธ์กับอารมณ์กรรมฐาน เช่น ลมหายใจ ในลักษณะที่เราพอใจ จิตใจมีความสุข จิตใจมีสติ จนถึงขั้นที่นิวรณ์ครอบงำจิตไม่ได้ แต่ถ้านิวรณ์ข้อใดแทรกเข้ามาครอบงำจิตใจได้ เราก็ต้องทำความเพียร เพื่อปล่อยวางนิวรณ์ตัวนั้น ขณะเดียวกัน เราก็เพียรพยายามปลูกฝังคุณธรรม **"สติสัมปชัญญะ"** ซึ่งเป็นการเริ่มต้นของการเจริญโพชฌงค์

"โพชฌงค์" คือคุณธรรมที่เป็นส่วนประกอบของจิตที่ตรัสรู้ธรรมได้ ดังนั้น พยายามปลูกฝังโพชฌงค์ต่างๆ ให้เกิดขึ้นในจิตใจ ในเมื่อโพชฌงค์เริ่มเกิดขึ้นแล้ว ก็พัฒนาให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป การนั่งสมาธิ ไม่ว่าจะตั้งชื่อว่า สมถะหรือวิปัสสนา หรือว่าเทคนิคนั่น เทคนิคนี่ ถ้าถูกต้องแล้ว ต้องเป็นการเจริญด้วยความเพียร ๔ ข้อนี้ ทุกกรณี

ในชีวิตประจำวัน โอกาสที่เราจะจัดสรรสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการภาวนา มีน้อยลง หรือแทบจะไม่มี แต่ก็ให้รักษาความต่อเนื่องในการปฏิบัติไว้ เพราะเรายังพยายามป้องกันอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ไม่ให้เกิดขึ้น ยังพยายามระงับอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ยังพยายามปลูกฝังคุณธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น และยังพยายามพัฒนาคุณธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญยิ่งๆ ขึ้นไป ดังนั้น รูปแบบของการปฏิบัติธรรมจะต้องเปลี่ยนแปลงแล้วแต่สถานการณ์ สิ่งแวดล้อม หรือภาระหน้าที่ของเรา ถ้าเราเข้าใจว่า การปฏิบัติธรรม คือการนั่ง การเดิน เราอาจจะขัดข้องใจว่า เราไม่มีเวลาปฏิบัติ **แต่ถ้าเราเข้าใจว่า การปฏิบัติธรรม คือการทำความเพียร ๔ ข้อนี้ เราก็จะเข้าใจได้เลยว่า ไม่มีที่ไหนที่เราจะปฏิบัติธรรมไม่ได้**

ในชีวิตประจำวัน ถ้าให้เราอยู่กับพุทโธ หรืออยู่กับลมหายใจก็คงจะไม่เหมาะ ดังนั้น เราต้อง

ตั้งคำถามกับตัวเองว่า อยู่ตรงนี้ เราควรจะปฏิบัติธรรมอย่างไร กิเลสตัวไหนที่ชอบเกิดขึ้นในเวลานี้ แล้วเรามีวิธีป้องกันไม่ให้สิ่งนั้นเกิดขึ้นหรือยัง หรือที่เราเป็นอยู่ขณะนี้ เราควรจะพัฒนาคุณธรรมข้อไหน เช่น สติ ความเมตตา ความอดทน ฯลฯ ถ้าเรากำหนดอย่างนี้ได้ เราจะรู้สึกว่า ทุกวันเราได้กำไร

เราต้องดำเนินชีวิตอย่างเห็นคุณค่าชีวิตของเราและชีวิตคนรอบข้าง วันที่เรารู้สึกหดหู่ใจ ไม่ต้องไปหาเครื่องบันเทิง ไม่ต้องไปหายามากิน **ยาของพระพุทธเจ้า คือ การระลึกถึงบุญคุณของผู้ที่มีพระคุณต่อเรา** เราอาจจะเขียนในสมุดบันทึกก็ได้ว่า...ข้าพเจ้ามีบุญหนอที่....ข้าพเจ้าโชคดีหนอที่....เป็นต้น เมื่อเราระลึกถึงสิ่งดีๆ ที่เราได้รับมาจากคุณพ่อคุณแม่ จากครูบาอาจารย์ จากผู้มีพระคุณทั้งหลาย ความรู้สึกจะเปลี่ยนไปทันที ไม่ใช่การปลอบใจ หรือการพยายามลืมปัญหา แต่ว่าเป็นการ Zoom out ขยายความนึกคิดออกไป เป็นการระลึกถึงภาพรวมของชีวิตตั้งแต่อดีต เมื่อความกตัญญูกตเวทีเกิดขึ้น ความหดหู่ก็หายไป

เมื่อเรามีสติ รู้ว่าตอนนี้จิตใจกำลังหดหู่ กิเลสครอบงำแล้ว เราจะปล่อยวางความหดหู่นี้อย่างไร มีเทคนิคและเครื่องมือมากมาย ที่จะเลือกใช้ให้เหมาะสม เมื่อเราพิจารณา ใช้เทคนิคการภาวนา เพื่อชนะความคิดที่เป็นอกุศล จิตใจก็เกิดปีติ เกิดความปราโมทย์ เกิดกำลังใจว่าเราก็เป็นที่พึ่งของเราเองได้เหมือนกัน ดังนั้น เราต้องฉลาดในเรื่องวิธีคิด ไม่ใช่คิดเป็นอย่างเดียว แต่เราต้องรู้เท่าทันความคิด ต้องรู้กาลเทศะของความคิด

ปล่อยวาง ความคิด

คนที่มีการศึกษาสูง มักจะมีความยึดมั่นถือมั่นว่า ความคิด ความฉลาด เป็นเรา เป็นของเรา เป็นสิ่งที่เราภาคภูมิใจ เราคือเรา เพราะความคิด เราคือเราเพราะเราคิดเก่ง เราคิดฉลาด อันนี้เรียกว่า งูมีพิษกัดเข้าให้แล้ว เราจะเห็นโทษได้ชัดเวลานั่งสมาธิ เราไม่อยากจะปล่อยวางความคิด เพราะกลัวว่า ถ้าไม่มีความคิดแล้ว จะไม่มีอะไร พอเราไม่อยากปล่อย จิตก็ไม่สงบ เหมือนผู้ที่ยึดมั่นถือมั่นในกาม ในความบันเทิงต่างๆ ว่าทำให้ชีวิตมีรสชาติ กลัวว่าถ้าปล่อยวางความเพลิดเพลินในสิ่งเหล่านี้แล้ว จิตใจจะไม่มีอะไร ก็เลยไม่อยากปล่อย ฉะนั้น ผู้ฝึกจิต จะต้องกล้าและไว้ใจปัญญาของพระพุทธเจ้า ไว้ใจปัญญา ไว้ใจความเมตตากรุณาของครูบาอาจารย์ ที่ยืนยันว่าไม่ต้องกลัว และเมื่อปล่อยวางสิ่งเหล่านี้ได้ ก็จะเข้าถึงความสุขที่ยิ่งกว่า

เมื่อเรากล้าปล่อยวางความคิด ปล่อยวางอารมณ์ ปล่อยวางความยินดีในความบันเทิงต่างๆ แล้วเข้าถึงความสุขภายใน เราจะรู้สึกเหมือนได้กลับบ้าน เหมือนมีที่พัก ที่อยู่อาศัย เป็นวิหารธรรม จากนั้นคำว่า "เหงา" จะหายไปจากชีวิตเราเลย เพราะรู้ว่า**การปล่อยวางความฟุ้งซ่าน ความวุ่นวายในจิตใจ รู้ตัวอยู่ มีสติ ตื่นอยู่ภายใน คือที่พัก ที่อยู่อาศัย ที่อบอุ่นที่สุด**



ไปไหนหลายคนก็ไปได้ น้อยคนก็ไปได้ คนเดียวก็ไปได้ เพราะ**ความสุขความสบายของเราไม่ได้ขึ้นอยู่กับใคร แต่ขึ้นอยู่กับสิ่งที่อยู่ภายในจิตใจเรา เพราะฉะนั้น การฝึกตนให้เข้าถึงความรู้ตัว ความตื่นรู้ภายใน จึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง และเป็นโอกาสวิเศษยิ่งสำหรับมนุษย์**

อิสระ

มนุษย์เป็นสัตว์ที่มีความยับยั้งชั่งใจ สามารถปฏิเสธได้ "Say no" ได้ ความคิดในเรื่องความถูกต้องสามารถอยู่เหนือความถูกใจ ถ้าความถูกต้องกับความถูกใจมันไปทางเดียวกัน ก็ง่ายที่สุดเรื่องการทำในสิ่งที่ถูกต้องด้วย ถูกใจด้วย ทุกคนก็สามารถทำได้อย่างสบาย รวมทั้งในเรื่องที่ไม่ถูกใจและไม่ถูกต้อง ทุกคนก็ปฏิเสธ ปล่อยวางได้แน่นอน แต่**สิ่งที่เราต้องฝึกคืออีก ๒ ข้อ คือ สิ่งที่ถูกใจแต่ไม่ถูกต้อง กับสิ่งที่ไม่ถูกใจแต่มันถูกต้อง** สิ่งที่เราต้องฝืนสัญชาตญาณ ฝืนความรู้สึก แต่ถ้าเราทำได้ ก็จะเข้าถึงความเป็นอิสระภายใน

ทุกวันนี้ เราจะรู้จักแต่ความเป็นอิสระในเรื่องไร้สาระต่างๆ ส่วนมากจะเป็นเรื่องการบริโภค อย่างเช่น เข้าไปในร้านไอศกรีม มีตั้ง ๒๐ กว่ารสให้เลือก โห...นี่เราเป็นอิสระมากในการกินไอศกรีม เป็นความอิสระที่แปลกปลอม คือความอิสระในสิ่งที่จะซื้ออยู่แล้ว แต่ความอิสระที่เราควรจะมุ่งหวังคือ **กินก็ได้ ไม่กินก็ได้** อิสระที่จะไม่กิน ทุกสิ่งทุกอย่างถ้ามีทางเลือก เรามักจะหลงว่าถ้ามีทางเลือกแปลว่าเราเป็นอิสระ สบาย

ถ้าเราต้องการจะบังคับใคร การบังคับโดยตรงแบบเผด็จการมักจะมีข้อเสีย คือจะทำให้คนที่อยู่ใต้การบังคับแบ่งเป็น ๒ กลุ่ม กลุ่มหนึ่งเหมือนแพะเหมือนแกะ ให้ทำอะไร เขาจะกลัว เขาจะทำตามโดยไม่ต้องคิด ไม่ต้องใช้ปัญญา ผลรวมคือสติปัญญาของกลุ่มลดน้อยลง ส่วนอีกกลุ่มหนึ่งจะปฏิเสธ ต่อต้านโดยไม่มีสติ ไม่มีปัญญาเมื่อเราบังคับโดยตรง เขาจะขี้เกียจใช้สมอง กลุ่มหนึ่งทำตามโดยไม่ต้องคิด อีกกลุ่มหนึ่งก็ปฏิเสธต่อต้านโดยไม่ต้องคิด ทั้งสองวิธีนี้ เป็นวิธีบังคับแบบเดิม แบบเก่า

วิธีบังคับแบบใหม่ก็คือ ถ้าเราต้องการให้ไปทางขวา เราจะบอกว่าให้ไปทางขวาแบบที่ ๑, ไปทางขวาแบบที่ ๒ , ไปทางขวาแบบที่ ๓, ที่ ๔, ๕, ๖... คนก็คิดว่า เป็นอิสระมากนะ มีให้เลือกได้ตั้งหลายทาง แต่มันก็ไปทางขวาทั้งหมด ไม่ได้มีไปทางซ้าย หรือไปทางตรง เรามีทางเลือกในเรื่องที่ไม่มีความหมาย เราก็หลงว่าเราเป็นอิสระ แต่ทางพุทธศาสนาบอกว่า **ความเป็นอิสระคือ การไม่ได้อยู่ใต้การบังคับของกิเลส** เมื่อเราสามารถกำหนดสิ่งที่ถูกต้อง และทำสิ่งที่ถูกต้อง ทั้งๆ ที่บางครั้งบางคราว เราอาจไม่ถูกใจ หรือเราสามารถละสิ่งที่ไม่ถูกต้องได้ ทั้งๆ ที่มันก็ถูกใจเหลือเกิน **การที่เราไม่เป็นทาส ไม่เป็นเหยื่อของความรู้สึกชั่วคราวว่า ชอบ ไม่ชอบ พอใจ ไม่พอใจ นั่นคือความเป็นอิสระ ที่เราควรจะมุ่งหวัง**

ความไม่ประมาท

ในการดำเนินชีวิต พระพุทธองค์ให้เราเป็นผู้ศึกษาชีวิต ศึกษาความเป็นมนุษย์ เป็นผู้ฝึกตน เป็นผู้เอาคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นสมมุติฐานที่เราไว้ใจ รับไว้ก่อน แต่ไม่ใช่รับไว้ก่อน แบบหลับหูหลับตา แต่รับมาเพื่อพิสูจน์ และเมื่อเราได้ลองฝึกตน ตามที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ว่าจะมีความรู้สึกว่า ใช่...ใช่...อืม...ใช่.. เป็นศรัทธาให้เราพิสูจน์กับชีวิตประจำวันของเราว่า มันตรงกับที่พระพุทธองค์ทรงสอนจริง อย่างนี้ไปเรื่อยๆ **ศรัทธาเกิดเพราะการศึกษา ศรัทธาแรงกล้าด้วยการฝึกตน**

ก่อนที่พระพุทธองค์จะปรินิพพาน **พระองค์ตรัสปัจฉิมโอวาท โดยทรงเลือกคุณธรรมที่น่าจะถือว่าสำคัญที่สุดคือ "ความไม่ประมาท" ซึ่งความไม่ประมาท คือการพยายามอยู่กับความจริงของชีวิตตลอดเวลา อยู่กับความเปลี่ยนแปลงตามเหตุตามปัจจัยอยู่ตลอดเวลา ไม่ขาดจากสติ**... คำว่าไม่ประมาทนั้น แปลยาก สำนวนภาษาอังกฤษที่จะตรงกับความไม่ประมาทคือ "Taking nothing for granted" หมายถึงว่า เราไม่มีสิทธิในอะไรสักอย่าง สิทธิมนุษยชนนั้นเป็นเรื่องสมมติ ที่จริงแล้วเราไม่มี

ทุกสิ่งทุกอย่างเปลี่ยนแปลงตามเหตุตามปัจจัย เราสามารถหยั่งรู้ได้เพียงบางส่วน มีบ่อยครั้งที่เราพยากรณ์ไม่ได้เลย บางสิ่งบางอย่างพอพยากรณ์ได้ แต่ก็ใช่ว่าจะตรงร้อยเปอร์เซ็นต์ บางสิ่งบางอย่างก็ไม่น่าจะเกิดขึ้น แต่ถ้าเรามองตามหลักธรรม มันก็เป็นเรื่องธรรมดา เพราะมันมีเหตุมีปัจจัยให้เป็นอย่างนี้ ที่เรารู้หรือไม่รู้ล่วงหน้า เป็นที่พอใจหรือไม่พอใจ มันทำให้ชีวิตเราเปลี่ยนแปลงอย่างน่าเศร้า หรืออย่างน่าตื่นเต้น แต่**ความไม่ประมาท คือ เราพร้อมที่จะรับมือกับชีวิตของตน ไม่ว่าจะเป็นไปในทางที่สมหวัง หรือทางที่ผิดหวัง ไม่ว่าจะเป็นไปในทางเจริญ หรือทางเสื่อม เราฝึกจิตใจให้มีความเข้มแข็งให้มีความมั่นคง พอที่จะปฏิบัติต่อสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตทุกอย่าง**



ธรรมดา

ในปัจจุบัน ข่าวแต่ละวัน มีแต่เรื่องที่ชวนให้กังวล ไม่ว่าจะเป็นเรื่องภาวะโลกร้อน เรื่องความเคลื่อนไหวทางการเมือง ความรุนแรงต่างๆ เราไม่สามารถควบคุม หรือบังคับให้โลกและสิ่งต่างๆ เป็นไปตามใจเราได้ แต่สิ่งที่เราจัดการได้ก็คือ **เรื่องจิตใจของตน** โลกจะเปลี่ยนแปลงไปในทางไหน มันก็เป็นไปตามเหตุตามปัจจัย เป็นเรื่องธรรมดา ดังนั้น เราจึงเพียรฝึกตนให้มีความซาบซึ้ง ให้มีความเข้าใจในความหมายของคำว่า **"ธรรมดา"** ขอย้ำว่า ไม่ใช่แค่เป็นคำปลอบใจ แต่ต้องรู้สึกในความหมายอันลึกซึ้งของคำว่า "ธรรมดา" คือเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย จนกระทั่งมันเป็นคำที่อุทานออกมาเองว่า *"อ้อ... มันธรรมดาของมันอย่างนั้นเอง"*

ในปีใหม่นี้ ซึ่งก็พูดเกือบทุกปีว่าเส้นทางชีวิตเราจะไม่ราบรื่น อาตมาจะอวยพรให้ชีวิตราบรื่นก็ไม่กล้า...มันจะไม่ขลัง แต่ขอยืนยันว่า ชีวิตเราจะขรุขระอย่างไร จะมีปัญหาอะไรเกิดขึ้น อันนี้ก็เป็นเรื่องของเส้นทาง แต่**อาตมาเชื่อมั่นว่าคนเราทุกคน สามารถเดินทางอย่างสม่ำเสมอ บนเส้นทางที่ไม่สม่ำเสมอได้ ด้วยการทำความเพียร ด้วยการตั้งอกตั้งใจ ประพฤติปฏิบัติตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ว่าที่ไหน ก็เป็นเรื่องธรรมดาของโลก แต่ว่าจิตใจของเรา จะเป็นทุกข์กับมัน หรือจะได้กำไรจากมัน ก็อยู่ที่เราฝึกตนให้มีสติ ให้มีปัญญาเป็นที่พึ่งภายใน**

ที่มา : พระธรรมเทศนา ปฏิบัติธรรมวาระปีใหม่ โดย พระอาจารย์ชยสาโร ณ ดิ อิสระ ลาดพร้าว กรุงเทพฯ วันเสาร์ที่ ๔ มกราคม ๒๕๖๓

กวีนิพนธ์

โพธิยาลัย

วัด ใหญ่โต โผล่ตั้ง อลังการ ใช่บอกฐาน ศาสนา จะกล้าใหญ่
นอก จากพระ หนุ่มเณรน้อย คอยใส่ใจ รักษ์วินัย สาธยาย ขยายบาลี
วัตร เช้าค่ำ กรรมฐาน งานไม่ทิ้ง ตั้งใจจริง ไม่นิ่งหยุด พุทธวิถี
ใน จึงหยั่ง ตั้งโพธิ์แท้ ฐานเจดีย์ รากแก้วที่ แกร่งลึก โพธิ์พฤกษ์ยืนฯ

ปปัญจา





ธรรมกถา

พระไพศาล วิสาโล

มงคลสูงสุดของชีวิต

มงคลสูงสุด ต้องทำเอง

บทสวดพิเศษที่เราสาธยายไปคือมงคลสูตร เป็นบทสวดที่สำคัญและน่าศึกษา สังเกตว่าทั้ง ๓๘ ประการที่เรียกว่า **มงคลอันสูงสุด** เป็น **สิ่งที่ต้องทำด้วยตัวเอง** โดยปกติ เวลาเราพูดถึง “มงคล” เราก็นึกถึงวัตถุมงคล เช่น สายสิญจน์ น้ำมนต์ หรือว่าพระธาตุ อาจจะรวมไปถึงสิ่งแปลกใหม่ ที่คิดกันขึ้นมา ที่ผ่านการปลุกเสก เช่น พระเครื่อง หรือว่าป้ายที่อวยพรให้ร่ำรวย อันนี้ก็รวมเรียกว่า วัตถุมงคล คนเราเชื่อว่า ถ้าได้วัตถุมงคลเหล่านี้แล้ว จะเกิดสิริมงคลกับตัวเอง ก็จริงอยู่ แต่นั่นไม่ใช่มงคลอันสูงสุด ถ้าต้องการมงคลอันสูงสุด ไม่มีทางอื่นนอกจากต้องทำเอง และการกระทำที่เป็นความดีนี้แหละที่เป็นมงคลอันสูงสุดที่เงินซื้อไม่ได้ แต่ต้องทำเอง ฉะนั้น **คนที่ไม่มีเงิน ก็สามารถจะได้มาซึ่งมงคลอันสูงสุด หากทำดีด้วยกาย ทำด้วยวาจา ทำด้วยใจ**

เริ่มข้อแรกก็คือ **“การไม่คบคนพาล”** คนพาลคือคนชั่ว ไม่คบ ในที่นี้ หมายความว่าไม่คบค้าสมาคม แต่อาจจะรู้จัก มีธุระปะปังเกี่ยวข้องบ้าง แต่ไม่ไปคลุกคลีสนิทสนมด้วย เพราะว่าอาจจะเสียผู้เสียคน แต่ถ้าเรามีเจตนาดี อยากจะช่วยเขา ก็ต้องระมัดระวัง ต้องวางระยะห่าง

ข้อที่ ๒ คือ **“การคบบัณฑิต”** บัณฑิตนี้ถือเป็นกัลยาณมิตร อย่างที่เราได้สวดกันมาใน ๒ - ๓ วันก่อนนี้ว่า กัลยาณมิตรนี้ ไม่ใช่แค่ครึ่งหนึ่งของพรหมจรรย์ อย่างที่พระอานนท์เข้าใจ พระพุทธเจ้าทักท้วงว่า ที่จริงแล้ว **กัลยาณมิตรคือทั้งหมดของพรหมจรรย์** พรหมจรรย์ในที่นี้ไม่ได้หมายถึงการไม่มีคู่ครอง การเป็นโสด การถือศีล ๘ หรือว่าการเป็นนักบวช พรหมจรรย์ในที่นี้หมายถึงการดำเนินชีวิตอันประเสริฐ ซึ่งมีหลายระดับหลายขั้น ฆราวาสญาติโยมก็สามารถมีชีวิตที่ถือว่าเป็นพรหมจรรย์ได้



จะเห็นได้ว่า มงคลนี้ทำได้หลายประการ เคยพูดไว้แล้วว่า บุญนี้มี ๑๐ อย่าง ไม่ใช่แค่ทานอย่างเดียว แต่ว่าสามารถแยกย่อยได้ถึง ๑๐ ประการ ซึ่งส่วนใหญ่ไม่ต้องใช้เงิน และบางอย่างก็เป็นเรื่องของการทำใจ เช่น ความอ่อนน้อมถ่อมตน

อย่างมงคล ๓๘ นี้ ก็มีอีกหลายประการ เช่น ความเป็นผู้ว่าง่าย ความอ่อนน้อมถ่อมตน ความสันโดษ การรู้จักเคารพ การมีความเพียร เหล่านี้ก็ถือว่าเป็นมงคลอันสูงสุด เป็นบุญด้วยเช่นกัน พวกเราไม่ค่อยรู้จักบุญในความหมายนี้ ยิ่งมงคลด้วยแล้ว ก็ยิ่งไม่รู้จัก ไม่นึกว่าการกระทำเหล่านี้จะเป็นมงคลด้วย ไม่ใช่แค่มงคลธรรมดา แต่เป็นมงคลสูงสุดเลย เพราะจะนำไปสู่ความเจริญ เริ่มต้นจากการไม่คบคนพาล การคบบัณฑิต ก็จะนำไปสู่การทำความดีอีกหลายประการ สุดท้ายก็มาลงที่จิตใจ คือ มีจิตเกษมศานต์ มีจิตที่ไร้ธุลีกิเลส มีจิตที่ไม่เศร้าโศก เป็นจิตที่แม้แต่โลกธรรมมาแตะต้อง แต่ก็ไม่ทำให้หวั่นไหว



ไม่ทุกข์กับโลกธรรม ๘

โลกธรรมในที่นี้ก็หมายถึงเหตุการณ์ทั้งที่ดีและไม่ดี ทั้งที่เป็นบวกและเป็นลบ แยกออกมาเป็น ๘ ประการ คือ ได้ลาภ ได้ยศ สรรเสริญ สุข สุขในที่นี้คือ สุขแบบโลกๆ เรียกว่า โลกียสุข อีก ๔ ประการ คือ เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ ทุกข์ในที่นี้ รวมถึงความเจ็บป่วย เป็นทุกข์แบบโลกๆ ซึ่งมาคู่กัน โลกธรรมนี้ คือสิ่งที่ทำเป็นธรรมดาโลก ผลักดันให้โลกเป็นไป ทุกคนหนีไม่พ้นโลกธรรม ๘ คืออิฏฐารมณ์กับอนิฏฐารมณ์ โลกธรรมฝ่ายบวกกับโลกธรรมฝ่ายลบ สองอย่างนี้เป็นของคู่กัน เมื่อได้ลาภแล้ว ก็หนีไม่พ้นการเสียลาภ ได้เงินมาก็ต้องสูญเสียไป สูญเสียเพราะเงินหาย สูญเสียเพราะเขาเอาไป หรือสูญเสียเมื่อเราต้องละจากโลกนี้ไป ยังไงต้องไปแน่ๆ ยังไงต้องจากเราไปแน่ๆ ถ้ามันไม่จากเราไป เราก็เป็นฝ่ายจากมัน มีแค่นี้แหละ

ตอนตาย ไม่ว่าสะสมอะไรมาก็หมด ไม่ว่าจะเป็นเงินทอง ชื่อเสียง เกียรติยศ อำนาจ ตำแหน่ง เอาไปไม่ได้สักอย่าง อันนี้เป็นธรรมดาโลก แต่ไม่ใช่ว่าเมื่อสูญเสียสิ่งเหล่านี้แล้ว เราจะต้องเป็นทุกข์เสมอไป **ถ้าเราปฏิบัติด้วยการทำกิจ ๓๘ ประการนี้ให้ถึงพร้อม แม้โลกธรรมมาแตะต้อง หรือเกิดขึ้นกับเรา จิตใจก็ไม่หวั่นไหว อันนี้แปลว่าไม่ทุกข์ ไม่ไหวหวั่นคือ ไม่ยินดี ไม่ยินร้าย แม้ได้มาก็ไม่ได้เพลิดเพลินดีใจ แม้เสียไปก็ไม่ได้เศร้าโศก ฟูมฟาย** อย่างที่มีคนเขาเขียนสั้นๆ ว่า

"ยามรุ่ง เราสงบ ยามจบ เราพร้อมจาก"

ยามรุ่งเราก็สงบ ไม่เห่อเหิม ไม่หลงใหลปลาบปลื้ม เพราะรู้ว่าสักวันหนึ่ง ก็ต้องสูญเสีย หรือว่าร่วงโรย สู่ช่วงขาลง คนที่รู้เท่าทันโลกธรรมสามารถทำใจให้เป็นปกติหรือว่าเป็นสุขได้

ประกาศ
งดคอร์สปฏิบัติประจำเดือน
ณ วัดป่าสุคะโต

เนื่องด้วยสถานการณ์การแพร่ระบาด
ของเชื้อไวรัส COVID – 19

ทางวัดป่าสุคะโตจึงของด
การจัดคอร์สปฏิบัติประจำเดือน
ตั้งแต่เดือนมีนาคมเป็นต้นไป
จนกว่าจะมีการประกาศเปลี่ยนแปลง

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

สุขที่เจือทุกข์

สุขที่ใจเป็นปกติคือสุขแบบเรียบๆ ไม่ใช่สุขแบบหวือหวา เหมือนเวลาเราได้เสพ ได้บริโภค ได้ลาภ ได้คำชม อันนั้นเป็นความสุขแบบมีรสชาติหวือหวาแต่ก็เจือไปด้วยโทษ เหมือนกับน้ำหวานดื่มแล้วอร่อย มีรสชาติ น้ำอัดลมก็เหมือนกัน แต่พอดื่มไปนานๆ มันก็จะเป็นโทษกับร่างกาย ไม่เหมือนน้ำบริสุทธิ์ น้ำฝน น้ำสะอาด มันจืดก็จริง แต่ว่าดื่มได้ตลอดเวลา เพราะมันเป็นสิ่งที่ร่างกายต้องการจริงๆ ความสุขหวือหวา **ความสุขที่เกิดจากการเสพ การบริโภค เราเรียกว่า "กามสุข" มันให้รสชาติกับชีวิตก็จริง แต่ว่ามันก็เจือไปด้วยโทษ** เพราะว่าต้องเหนื่อยในการแสวงหา เหนื่อยในการรักษา ต้องเหนื่อยในการดูแล ต้องรู้สึกกังวลใจ เวลามีใครจะมาเอาไป ยิ่งเศรษฐีร่ำรวย ก็ยิ่งต้องสร้างบ้านสร้างกำแพงให้แน่นหนา ต้องมีสัญญาณกันขโมย

นี่คือสภาพของคนที่ต้องเหนื่อยกับการรักษา ไปไหนก็ต้องมีบอดี้การ์ดคอยคุ้มครอง ไม่ว่าคนรวย คนมีอำนาจ หรือคนมีชื่อเสียงก็เหมือนกัน จะไปไหนก็ไม่สะดวกใจ ไม่มีความสุข ไม่เป็นส่วนตัว นี้คือโทษของความดัง โทษของการได้รับโลกธรรมฝ่ายบวก ได้รับคำสรรเสริญ ชื่อเสียง แต่ก็ขาดความเป็นส่วนตัว อย่าง เลดี้ไดอาน่า คนดังไปที่ไหนใครก็รู้จัก ไปที่ไหนใครๆ ก็ต้อนรับ แต่ว่าไม่มีความสุข หรือว่าไม่สุขอย่างที่คิด และยังถูกพวกปาปารัสซี่ พวกตากล้องตามล่า พยายามขับรถหนี จนประสบอุบัติเหตุรถชนตายในอุโมงค์ ดาราบางคนก็กลุ้มใจว่า ข่าวแต่ละวันๆ ในหนังสือพิมพ์ มันมีแต่ข่าวไม่ดี ข่าวซุบซิบนินทาเกี่ยวกับตัวเอง ทำไมถึงมีข่าวลบก็เพราะว่ามันขายได้ แล้วทำไมขายได้ ก็เพราะว่าเขาเป็นคนดัง เป็นคนดังก็เลยขายข่าวอะไรได้ทั้งนั้น โดยเฉพาะข่าวที่เป็นลบ อันนี้เรียกว่าเป็นสุขที่เจือไปด้วยทุกข์



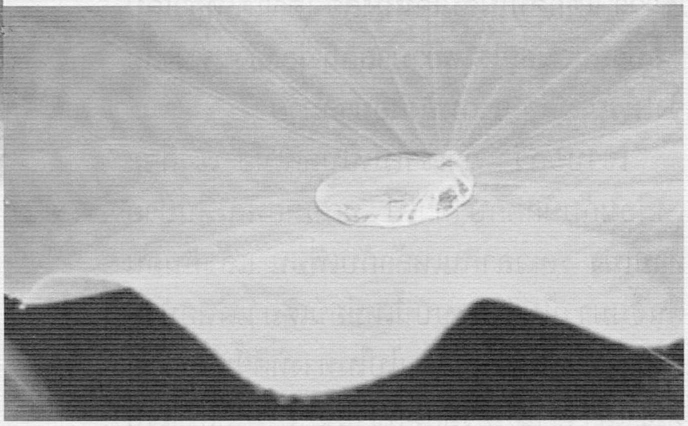
The Princess of Wales amidst the paparazzi

ไม่ว่าร่ำรวย มั่งคั่ง มีชื่อเสียง หรือว่าเด่นดัง มันเป็นสุขที่เจือไปด้วยทุกข์ พวกเราไม่ค่อยรู้จัก ไม่ค่อยเจอแบบนี้ เพราะเราไม่ใช่คนเด่นคนดัง ไม่ร่ำรวย อยากจะเป็นเหมือนเขา แต่ไม่รู้ว่ามันทุกข์อย่างไรบ้าง แม้แต่พระเองก็มีปัญหา

หลวงพ่อพรหมวังโส ท่านเป็นฝรั่งลูกศิษย์หลวงพ่อชา ท่านเคยเล่าว่า ตอนที่ท่านเป็นพระลูกวัด ท่านก็อยากเป็นเจ้าอาวาส เห็นว่าเจ้าอาวาสนี้ได้รับสิทธิ์พิเศษหลายอย่าง มีคนถวายอาหาร อย่างที่อาตมาได้ทุกเช้า นั่งหัวแถว เวลาฉันอาหารก็ได้อาหารที่ดีก่อน แม้แต่เวลาตักใส่บาตรก็ได้ของดีไปก่อน ก็เลยอยากเป็นเจ้าอาวาสบ้าง แต่พอเป็นเจ้าอาวาส ปรากฏว่าต้องเจอทุกข์นะ มีกิจนิมนต์ ต้องไปนู่นมานี่ ปฏิเสธไม่ได้ ไปเทศน์ ไปทำบุญเลี้ยงพระก็เจ้าอาวาส ไม่ใช่ของดีนะ เพราะไม่มีเวลาเป็นส่วนตัว หรือมีเวลาเป็นส่วนตัวก็น้อย แล้วท่านก็มาคิดได้ว่า ตอนที่เป็นพระลูกวัด ไม่นึกว่าเจ้าอาวาสนี้จะมีความทุกข์ของเจ้าอาวาสเหมือนกัน นึกว่าเจ้าอาวาสมีแต่ความสุขความสบาย นี้คือสิ่งที่เรียกว่า **"สุขที่เจือไปด้วยทุกข์" หรือความสบายที่มันเจือไปด้วยความไม่สะดวกสบาย นี่เป็นธรรมชาติของกาม นี่เป็นธรรมชาติของโลกธรรมฝ่ายบวก**

พระพุทธเจ้าเปรียบกามเหมือนกับคบไฟ ถ้า

คบไฟนั้นทำด้วยฟางทำด้วยหญ้าแห้ง เวลาจุดมันให้แสงสว่างก็จริง แต่ว่ามันมีควัน แสบตาแสบจมูก แล้วถ้าถือไปนานๆ มันก็จะไหม้มือ เพราะว่าเมื่อไฟมันลามมาถึงมือ ก็จะลวกมือ ทำให้มือพอง เจ็บ ต้องรีบวาง คบไฟแบบนี้ถือไม่ได้นาน นี้คือเหตุผลว่า ทำไมเราจึงไม่ควรยินดีในโลกธรรมฝ่ายบวกที่มากระทบ ส่วนโลกธรรมฝ่ายลบไม่ต้องพูดถึงเลย ไม่มีใครชอบ แต่ว่าไม่ได้แปลว่า เมื่อมันเกิดขึ้นแล้ว เราจะต้องทุกข์นะ



อยู่กับโลก โดยไม่ทุกข์กับโลก

ถ้าเราปฏิบัติธรรมจนกระทั่งเรามีสติปัญญารักษาใจ โลกธรรมที่มากระทบ ไม่ว่าบวกหรือลบ มันก็ไม่ทำให้จิตหวั่นไหว นึกภาพเหมือนกับ**หยดน้ำที่ตกลงมาถูกใบบัว มันกระทบก็จริง แต่ว่ามันไม่เปื้อนใบบัว นี่คือธรรมชาติของจิตที่ฝึกเอาไว้ดีแล้ว** เป็นจิตที่ไร้ธุลีกิเลส แม้แต่โคลนก็ไม่สามารถฉาบใบบัวให้เปื้อนได้

เดี๋ยวนี้นักวิทยาศาสตร์กำลังสนใจว่าใบบัวทำได้อย่างไร มีพันธุ์ไม้หลายชนิดที่ทำอย่างนี้ได้ สามารถรักษาตัวเอง ให้สะอาดอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นฝุ่น จะเป็นน้ำ จะเป็นโคลน ก็ทำอะไรไม่ได้ ชีวิตของคนเราก็เหมือนกับใบบัวนะ ไม่ว่าจะเป็นพระหรือฆราวาส เวลาอยู่กลางแจ้ง เจอแดดก็ย่อมร้อน เจอฝนก็ย่อมเปียกถ้าไม่มีร่ม แต่ถ้ามีร่ม ฝนมาก็ไม่เปียก แดดส่องก็ไม่ร้อน คนที่ปฏิบัติธรรมก็เช่นกัน **คนที่สร้างมงคลอันสูงสุดให้เกิดขึ้นกับตัว จะเป็นผู้ที่อยู่กับโลกได้โดยไม่ทุกข์กับโลก**

คนส่วนใหญ่เมื่ออยู่กับโลก เขาก็ทุกข์กับโลก แต่คนที่ปฏิบัติธรรมหรือศึกษาปฏิบัติดีแล้ว ไม่ใช่ว่าจะไม่เจอกับเรื่องร้ายๆ จะไม่เจอกับโลกธรรมฝ่ายลบ แม้แต่พระพุทธองค์ยังประสบกับการถูกนินทาว่าร้าย ถูกคนประสงค์ร้ายหลายครั้ง แต่พระองค์ก็ไม่ทุกข์ พวกเราที่ใฝ่บุญ ชอบทำบุญสุนทาน ล้วนคาดหวังว่าจะพบเจอสิ่งดีๆ ในชีวิต อธิษฐานว่าอย่าให้เจอสิ่งที่ไม่ดี แต่มันเป็นไปไม่ได้นะ ไม่ว่าเราจะทำบุญมากแค่ไหน ก็ต้องเจอสิ่งที่ไม่ดี เจอความพลัดพรากสูญเสีย อย่างน้อยๆ ก็ต้องเจอกับความแก่ ความเจ็บ แล้วสุดท้ายก็ความตาย ในระหว่างนั้นก็ต้องเจอกับคำตำหนิคำนินทา ต้องเจออะไรอีกหลายอย่างที่เราถือกันว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดี ฉะนั้น แม้เราจะทำความดีสร้างบุญสร้างกุศลมา ก็อย่าไปคิดว่าจะไม่เจอกับสิ่งเหล่านี้ และก็ไม่ได้หมายความว่า เราจะต้องเป็นทุกข์เมื่อสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้น เมื่อมันเกิดขึ้นเราก็สามารถรักษาใจให้ไม่หวั่นไหวได้ เพราะเรามีธรรมะ เพราะเราฝึกใจไว้ดีแล้ว

จะไม่พ่ายแพ้ในที่ทั้งปวง

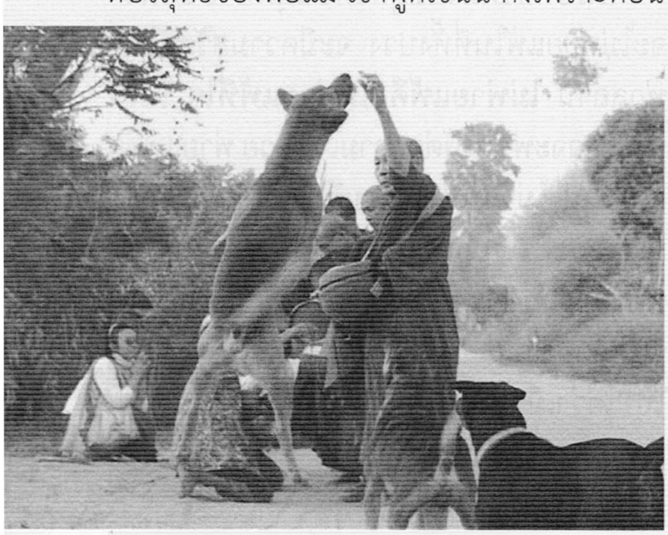
ในบทสวดมงคลสูตรตอนสุดท้ายบอกว่า จะไม่พ่ายแพ้ในที่ทั้งปวง จะมีความสวัสดีในที่ทุกสถาน **ไม่พ่ายแพ้คือไม่พ่ายแพ้ที่ใจ** ในแง่กายอาจจะพ่ายแพ้ต่อความเจ็บป่วย พ่ายแพ้ต่อความแก่ ไม่ว่าจะพยายามดึงหน้าให้ตึง ผ่าตัดเสริมสวยยังไง ในที่สุดก็ต้องพ่ายแพ้ ไม่ว่าจะพยายามรักษาหวงแหนทรัพย์สมบัติยังไง ในที่สุดก็ต้องมีคนแย่งชิงไป มีคนโกงหลอกลวงเอาไป แต่ว่าเมื่อสร้างมงคลเหล่านี้ให้เกิดขึ้นกับตน

จิตใจก็จะเจริญงอกงาม เป็นจิตที่ไม่พ่ายแพ้ พบแต่ความสวัสดีในที่ทั้งปวง ถึงแม้ว่าใครจะเอาทรัพย์หรือตำแหน่งไป ฉันก็ไม่ทุกข์ร้อน แม้จะเจ็บจะป่วย ฉันก็ไม่ทุกข์ร้อน แม้ถึงเวลาจะต้องตายก็ไม่ทุกข์ไม่ร้อน อันนี้ก็เพราะว่ามีธรรมะเป็นเครื่องรักษาใจ

อันที่จริง ธรรมะนี้ก็ช่วยรักษากายด้วยนะ แต่คงรักษาไม่ได้ตลอดหรอก เช่นถ้าเราถือศีล ๕ ไม่ไปทำร้ายใคร เขาก็ไม่มาทำร้ายเรา เราไม่กินเหล้า ก็ไม่ประสบอุบัติเหตุ ไม่เกิดโรค หรือรู้จักสันโดษ ถือศีล ๘ ก็ไม่มีปัญหาเรื่องโรคอ้วน ไขมันอุดตัน อันนี้เราเอาธรรมะรักษากาย แต่ก็รักษาไม่ได้ตลอด เพราะร่างกายนี้มันก็ต้องแปรเปลี่ยนไป ต้องแก่ ต้องเจ็บ แต่หากมีธรรมะรักษาใจ เมื่อถึงเวลาที่เจ็บป่วย เราก็สามารถยิ้มได้ ใหม่ๆ ก็อาจจะทำใจไม่ได้ แต่พอตั้งหลักได้ ก็มองเห็นว่ามันดีเหมือนกันที่ป่วย

ธรรมะรักษากาย ธรรมะรักษาใจ

มีนักศึกษาคนหนึ่งพบว่า ตัวเองเป็นลูคีเมีย (มะเร็งเม็ดเลือดขาว) อายุแค่ ๒๑ ปี ทีแรกทำใจไม่ได้เพราะว่าความตายใกล้เข้ามา แต่ตอนหลังเขาบอกว่ามะเร็งได้นำสิ่งดีๆ มาให้แก่ชีวิตของเขา สิ่งดีๆ นั้นได้แก่อะไรบ้าง ๑. ทำให้เขาได้รู้จักพุทธศาสนาอย่างจริงจัง ๒. ทำให้เขามองเห็นความรักที่บริสุทธิ์ของพ่อแม่ เขาพูดเช่นนี้ คงเพราะตอน





ไม่ป่วย พ่อแม่ลูกห่างเหินกัน ลูกไปเรียน พ่อแม่ก็ไปทำงาน แต่พอลูกป่วย พ่อแม่ก็มาดูแล ได้สัมผัสใกล้ชิดกับความรักของพ่อแม่ก็ซาบซึ้งใจ ๓. ทำให้เขามีเวลาอ่านหนังสือ และมีเวลาหยุดคิด เขาว่า แต่ก่อนไม่สนใจหนังสือ เอาแต่เที่ยวเล่น พอป่วยนอนอยู่โรงพยาบาลก็มีเวลาอ่านหนังสือ จึงได้รับสิ่งดีๆ จากหนังสือมากมาย

เขาบอกว่า ถ้าเขาไม่เป็นลูคีเมีย เขาก็จะเหมือนกับนักศึกษาทั่วไป นอนหอพัก ตื่นบ่ายสามโมง รอเวลากินเหล้ากับเพื่อน แล้วก็นอน ตื่นขึ้นมา ก็ใช้ชีวิตแบบนี้เหมือนเดิม แต่พอป่วยเป็นลูคีเมีย ชีวิตก็เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น ฟังจากที่เขาเล่า เขาไม่ได้รู้สึกทุกข์ร้อนกับโรคภัยไข้เจ็บมากเท่าไหร่ นี่ขนาดคนธรรมดาที่ยังไม่ได้ปฏิบัติธรรมอะไรมากนะ

พ่อแม่หลายคนบอกว่ามะเร็งก็ดีเหมือนกัน เมื่อสักเดือนที่แล้ว ไปเปิดงานหาทุนให้เด็กที่เป็นลูคีเมีย ของโรงพยาบาลพระมงกุฎฯ เด็กเป็นลูคีเมียกันเยอะ มี ๒ - ๓ ครอบครัว ที่บอกว่าลูคีเมียนี่ ทำให้ครอบครัวของเขาใกล้ชิดกันมากขึ้น มีความเข้าใจกันมากขึ้น สนิทกันมากขึ้น มันก็แปลกนะ สมัยนี้ครอบครัว พ่อแม่ลูกไม่ค่อยสนิทกัน ต่างคนต่างสนใจคนละเรื่อง คนละทาง ไม่มีเวลามาพบปะพูดคุย สนิทสนมกัน แต่พอมีใครสักคนป่วยขึ้นมา ก็ได้กลับมาดูแลเอาใจใส่กัน คนที่มีธรรมะ ก็จะมีมุมมอง เห็นข้อดีของความเจ็บป่วย หลายๆ คนถึงกับบอกว่า โชคดีที่เป็นมะเร็ง บางคนบอกว่า โชคดีที่เป็นเอดส์ เพราะ

มันทำให้ชีวิตเขาเปลี่ยน อันนี้หมายถึงคนที่เขาไม่พ่ายแพ้ แม้ว่าร่างกายจะพ่ายแพ้ต่อโรค แต่ว่าจิตใจไม่พ่ายแพ้ เมื่อถึงเวลาที่จะเจ็บจะป่วยหรือใกล้ตาย เขาก็เผชิญความตายได้อย่างสงบ

เมื่อปีที่แล้วมีโยมคนหนึ่ง มาขอใช้ชีวิตระยะสุดท้ายที่นี่ เป็นมะเร็งที่ปอด ไม่เคยสูบบุหรี่ เป็นผู้หญิง เขาเคยมาปฏิบัติธรรม ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๒๘ สมัยนั้นอาตมาก็แค่ ๒ - ๓ พรรษา เขาก็มาเป็นระยะๆ เมื่อเขารู้ว่าเขาเป็นมะเร็ง เขาก็รักษาตามแบบธรรมชาติ แต่เมื่อรู้ว่าไม่ไหวแล้วก็ขอมาตายที่นี่ เขาไม่ได้ทุกข์ร้อนอะไรนะ ถามเขาว่าห่วงอะไรไหม เขาไม่ได้ห่วงอะไร ไม่ว่าจะเป็นแม่หรือว่าหลาน เขาไม่มีสามี แต่เขาห่วงอยู่หน่อยหนึ่งว่า ตอนที่เขาจะตาย ไม่รู้ว่าสติที่มีอยู่จะเอาอยู่ไหม จะรับมือกับความตายได้ไหม ใจจะสงบไหม เพราะเวลาใกล้ตาย อะไรจะเกิดขึ้นบ้างก็ไม่รู้ ความเจ็บ ความปวด หรือว่าความเสียสติ ความทุรนทุรายอาจจะมารบกวน

อาตมาจึงถามว่า ตอนนี้เขารู้สึกยังไง เขาตอบว่า ตอนนี้สบาย ไม่มีอะไรต้องกังวล ไม่รู้สึกทุกข์ใจอะไรเลย ก็เลยบอกเขาว่า ถ้าไม่รู้สึกเป็นทุกข์ ถึงเวลาจะตายก็ไม่ต้องกังวลหรอก สติจะเอาอยู่ สติจะช่วยเราได้ ที่เขามาใช้ระยะเวลาสุดท้ายที่นี่ เพราะอยากฟังธรรมะ อยากได้ยินเสียงพระสวดมนต์ ได้ยินเสียงหลวงพ่อเทศน์ กุฏิก็อยู่ไม่ไกลจากศาลา ใจก็น้อมไปในทางธรรมะ ไม่กลัวตาย กลัวแต่เพียงว่า เมื่อถึงเวลาจะตาย สติจะรับมือไหวไหม อาตมาแนะให้เขาอยู่กับปัจจุบัน ถ้าอยู่กับปัจจุบันได้ก็พอแล้ว

อยู่ที่นี่ มีน้องสาวดูแลคนเดียว มีพยาบาลมาช่วยบ้าง ความปวดทำอะไรเขาไม่ได้ เพราะเขามีสติ ใช้สติดูความปวด ไม่ต้องใช้ยาระงับปวด ใช้แค่ออกซิเจนช่วยให้หายใจได้สะดวก วันสุดท้ายตอนเช้าตรู่ เขาก็บอกให้น้องสาวไปตักอาหารในครัว น้องสาวก็ออกไป ปล่อยให้เขาอยู่คนเดียว เขาบอกไม่ต้องห่วง พอพูดได้บ้าง น้องสาวกลับมาก็เห็นพี่สาวนิ่งไป นึกว่าหลับ ปรากฏว่าหมดลมแล้ว ไปอย่างสงบ เหมือนกับใบไม้ที่หลุดจากขั้ว เป็นอาการของคนที่พร้อมรับมือกับความตาย เพราะเขาได้ปฏิบัติธรรมมา

คนที่ปฏิบัติธรรม ไม่ได้แปลว่าจะไม่ตาย จะไม่เป็นมะเร็ง ไม่เป็นโรคร้าย ไม่อายุสั้น แต่ว่าไม่ว่าอะไรเกิดขึ้น เขาก็สามารถทำใจสงบได้ แม้โลกธรรมมาแตะต้อง จิตก็ไม่หวั่นไหว นี่ขนาดยังเป็นปุถุชน ยังไม่ได้ถึงขนาดเป็นพระอริยเจ้า ยังสามารถทำเช่นนี้ได้



เพราะฉะนั้น เรื่องการแสวงหามงคลอันสูงสุดให้กับตนเอง เป็นสิ่งที่เราจะต้องทำด้วยตนเอง อย่าไปเรียกร้องขอจากใคร อย่าไปหวังพึ่งครูบาอาจารย์ว่าจะให้วัตถุมงคลกับเรา จะให้พรดีๆ กับเรา หรือว่าให้สายสิญจน์ ให้รัดประคดเรา เพื่อให้เรารอดพ้นจากอันตราย มันไม่มีอะไรที่ดีกว่าการทำความดีด้วยตัวเอง เพราะนั่นแหละคือมงคลอันสูงสุด

ที่มา : พระธรรมเทศนา พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล เมื่อวันที่ ๖ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๓ ที่วัดป่าสุคะโต



ในประสบการณ์

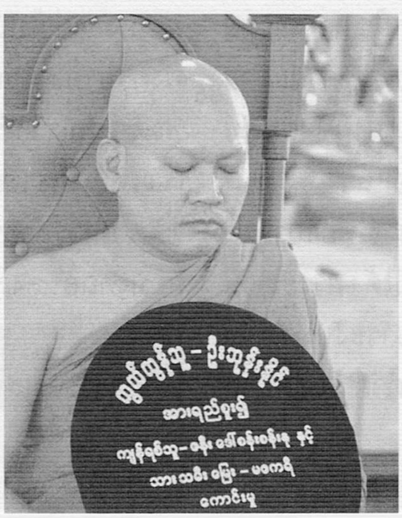
พระมหาไพโรจน์ ญาณกุสโล

ประสบการณ์สอบสนามบาลี ๘

ถ้าจะถามผู้เขียนว่า ภาษาบาลีดีอย่างไร ทำไมต้องเรียน ทำไมต้องรู้บาลี ?

ต้องตอบว่า เดิมทีก็ไม่ได้รู้มาก่อนว่า บาลีดีอย่างไร เรียนรู้แล้วจะดีอย่างไร เป็นต้น จึงไม่ได้วางแผนมาก่อนว่าจะเรียนบาลี แต่เชื่อว่าด้วยบุญเก่าที่เคยบำเพ็ญมาในชาติปางก่อนมาส่งผลจึงได้มีโอกาสเข้ามาบวชเรียนบาลีโดยตรง

ก่อนพาไปบวชประมาณ ๒ เดือน โยมพ่อบอกว่า จะพาไปบวชเรียน หลังจากบวชแล้วก็ได้เรียนไปตามลำดับ เรียนไปรู้ไป รู้ไปเรียนไปเข้าใจไป รู้ถึงสาระประโยชน์ในการเรียนรู้ภาษาบาลีไปเห็นความสำคัญอย่างยิ่งในการเรียนรู้ภาษาบาลีมากขึ้นเรื่อยๆ ทำให้ยอมรับได้ว่าที่ตนต้องเข้ามาบวชก็ดี บวชแล้วต้องเรียนนักธรรม เรียนบาลี เรียนภาษาเมียนมาก็ดี



ที่ต้องเป็นเช่นนี้ก็เพราะว่าชาติก่อนของเก่าเรามีมาถึงชาติใหม่ภพนี้ จึงต้องมาเรียนต่อยอดต่อไปอีก ต้องบอกว่า *"ปาฬิภาสา นาม ธมฺมภาสา : ภาษาแห่งพระธรรมคือ ภาษาบาลี"* ด้วยเหตุผลหลากหลายประการ ตามที่เคยเขียนไปแล้วในบทความก่อนๆ

สมัยก่อนๆ แม้ไม่มีการสอบบาลี แต่ก็มีผู้สนใจในการที่จะศึกษาภาษาบาลีเป็นจำนวนมาก และสามารถศึกษาแล้วเข้าใจได้ง่าย เรียนรู้ได้เร็วกว่ายุคหลังๆ นี้ ถามว่า ที่เป็นเช่นนั้นเป็นเพราะสาเหตุอะไร ตอบว่า เป็นเพราะว่าภาษาแต่ละภาษาในสมัยก่อนๆ ยังมีความใกล้เคียงกัน มากกว่าในยุคสมัยนี้ ยุคสมัยนี้ แม้พื้นที่ประเทศเขตแดนจะติดต่อกัน ขั้นระดับอนันตระ-สมนันตระ เหมือนเป็นผืนแผ่นดินเดียวกัน เช่น ประเทศไทย กับ



ประเทศเมียนมา เป็นต้น ถึงแม้เขตแดนจะติดกัน แต่ภาษาที่ใช้กลับกลายเป็นคนละภาษา มีเหมือนกันอยู่บ้างก็ไม่กี่คำ เช่น คำว่า "ปิด" ภาษาเมียนมาก็ใช้คำว่า "ปิต" เพียงแต่สะกดด้วย ต.เต่า เท่านั้น แต่โดยส่วนใหญ่แล้ว ใช้ภาษาเสียงสำเนียงที่ห่างไกลกันมาก ประหนึ่งประเทศเอเชีย กับประเทศตะวันตกเลยทีเดียว ทั้งๆ ที่ผืนแผ่นดินติดกันแท้ๆ ด้วยระยะเวลาอันยาวนานมามากแล้ว จึงทำให้ภาษาของแต่ละถิ่นฐาน แตกต่างห่างไกลออกจากกันไปมาก อย่างที่ทราบ

"ภาษาบาลีไม่มีวันตาย ตราบใดที่พระพุทธธรรมยังคงอยู่ พระพุทธธรรมไม่มีสลาย ตราบใดที่ภาษาบาลียังคงอยู่" พระพุทธธรรมจะยังคงอยู่ต่อไปหรือไม่ เพียงใด อย่างไร ขึ้นอยู่กับภาษาบาลี ภาษาบาลีจะยังคงอยู่ต่อไปแค่ไหนอย่างไร ขึ้นอยู่กับการศึกษาเรียนรู้ภาษาบาลีว่ายังคงมีการศึกษาเรียนรู้กันอยู่หรือไม่ เพียงใดอย่างไรเช่นกัน ภาษาบาลียังเปรียบเสมือนเส้นด้ายชนิดแข็งแรง ทนทาน มีอายุอยู่ได้นานหากยังมีการเรียนรู้สืบทอดกันอยู่ ก็จะสามารถนำมาร้อยพวงมาลัยพระพุทธธรรม ให้อยู่ในพวงมาลัยธรรมนานเท่านาน แม้ชีวิตจะมีการเคลื่อนย้ายรกราก เปลี่ยนภพภูมิไปตามกรรมที่แต่ละคนทำ แต่ภาษาบาลีแห่งพระพุทธธรรมจำต้องอยู่ต่อไป เพื่อประโยชน์อันยิ่งใหญ่แห่งสัตว์โลกทั้งมวล

ทุกสิ่งทุกอย่าง จะจริงเท็จหรือไม่ อย่างไรนั้น ก็ต้องพิสูจน์ด้วยตนเอง แต่อย่าลืมว่า ถ้าจะพิสูจน์โดยตั้งใจจะพิสูจน์เพียงอย่างเดียวเท่านั้น อาจจะไม่พบความจริงที่อยากพิสูจน์ก็ได้ ความรู้ที่ต้องการจะพิสูจน์นั้น จะต้องตั้งใจศึกษาเรียนรู้พระพุทธธรรมอย่างแท้จริง จึงจะพบความจริงจากสิ่งต้องการจะพิสูจน์ ไม่เช่นนั้น ก็จะไม่พบอย่างแน่นอน ที่สำคัญก็คือ อย่าได้เชื่อตามคำบอกกล่าวเล่าขานจากผู้อื่น จะเชื่อหรือไม่อย่างไรนั้น ต้องประสบพบเห็นด้วยตนเองเท่านั้น *ไม่พึงทำตัวเหมือนกับต้นไม้ในกระถาง ที่ได้แต่รอให้คนมารดน้ำและใส่ปุ๋ยเท่านั้น แต่ต้องฝึกทำตนให้เหมือนกับต้นไม้ที่ขึ้นอยู่บนพื้นดิน ที่แผ่ราก หาน้ำหาปุ๋ย ดูดซึมด้วยตนเอง แล้วเติบโตด้วยความแข็งแกร่ง กระทั่ง สามารถแตกกิ่งก้านสาขา ผลิดอกออกผล เป็นประโยชน์แก่ผู้คนและสัตว์ได้อย่างมากมาย*

ภาษาบาลีเป็นภาษาสภาวะ คือเป็นภาษาแห่งความจริงแท้ ความจริงมีสภาพที่เป็นจริงอย่างไร ภาษาบาลีก็จะสื่อออกมาให้เราได้ทราบอย่างตรงไปตรงมาอย่างนั้น ไม่มีบิดเบี้ยวแต่อย่างใด

ยกตัวอย่างเช่น คำว่า *ติรจฺฉานวิชฺชา* (ดิรัจฉานวิชา) สำหรับคนที่ไม่ได้เรียนรู้ภาษาบาลีมา ก็อาจจะเข้าใจเอาเองว่า หมายถึง วิชาของสัตว์เดียรัจฉาน แต่ความจริง คำว่า *ติรจฺฉาน-วิชฺชา* นี้ ได้แก่ความรู้ความเข้าใจทุกแขนง ที่ขวางกั้นทางไปพระนิพพาน มาจากรากศัพท์เดิมว่า *ติร + อจฺฉาน + วิชฺชา, ติร* มีความหมายว่า ขวางกั้น *อจฺฉาน* มีความหมายว่า เป็นไป *วิชฺชา* มีความหมายว่า ความรู้ความเข้าใจ รวมความหมายทั้งสามคำ คือความรู้ความเข้าใจที่ขวางกั้นทางไปพระนิพพาน

คาถาไล่โควิด-19 ไล่แบบสุภาพ

๑ : น โรค ชีวิตา ยตฺถ
ยหึ ตุวํ คนฺตุ วฏฺฏสิ
สีฆตฺตรํ ตุวํ คจฺฉ
มา จิธพฺพส กตฺถจิ.

โรค- นี่โรคโควิด-19
ยตฺถ -ในสถานที่ใด
ชีวิตา -เหล่าสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย
น (โหนฺติ)- ไม่มีอยู่
ตุวํ -ตัวโรคโควิด
วฏฺฏสิ -สมควร
คนฺตุ(คนฺตุํ) -ที่จะไป
ยหึ -ในสถานที่ใด
ตุวํ -ตัวโรคโควิด
คจฺฉ -จงรีบไป
สีฆตฺตรํ -ให้เร็วที่สุด
(ตุวํ) -ตัวโรคโควิด
มา วส -จงอย่าอยู่
อิธ จ -ในที่นี้ด้วย
กตฺถจิ จ -ในที่ไหนๆด้วย.

นี่โรคโควิด-19 จงฟังทางนี้
ที่ใดก็ตาม ที่ไม่มีสิ่งมีชีวิต
และเหมาะสำหรับที่โรคโควิด
จะควรอยู่ ขอให้ตัวโรคโควิด
จงรีบไปในที่นั้นให้เร็วที่สุด
จงอย่าอยู่ ในที่นี้
และในที่ไหนๆ อีกเลย.

๒ : กฺวตฺโถ เต โควิดโรเคน
เตนาปคจฺฉ ขิปฺปโต
สตฺตา ทุกฺขํ หิ คจฺฉนฺติ
กฺโต อตฺโถ ตยา สิยา

กฺวตฺโถ (โก อตฺโถ) -ประโยชน์อะไร
เต โควิดโรเคน -ด้วยโรคโควิด
เตน -ดังนั้น
(ตุวํ) -โรคโควิด
อปคจฺฉ -จงออกไป
ขิปฺปโต -โดยด่วน
หิ -ด้วยเหตุผลว่า
สตฺตา -ชาวโลกหลายชีวิต
คจฺฉนฺติ -กำลังตกถึง (ได้รับ)
ทุกฺขํ -ความทุกข์
โก อตฺโถ สิยา -มีประโยชน์อะไร
ตยา -ด้วยโรคโควิด-19

ไม่มีสารประโยชน์ไรๆ ด้วยโรคโควิด
ดังนั้น จงออกไปให้โดยด่วน
บัดนี้ มีชาวโลกเดือดร้อนกันมากแล้ว
โลกไม่ได้มีความต้องการโควิดเลย

> เดี๋ยว โควิด เดี๋ยว ฝุ่น วุ่นทั้งโลก
> ความเศร้าโศก วิปโยค โลกปัญหา
> ทำอย่างไร โลกถึงได้ ไม่โรยรา
> ทุกปัญหา ใช้ปัญญา พาแก้เอย

พระมหาไพโรจน์ ญาณกุสโล ป.ธ.๙,
สาสนธชะธัมมาจริยะ อุภโตวิภังคโกวิทะ วินยปาฬิปารคู



หน้าต่างบาลี ตอน ๘

พระมหาสมปอง มุทิโต

เรื่อง นามและลิงค์

สุปภาตํ โว

อรุณสวัสดิ์ นักศึกษาบาลีใหญ่และพระไตรปิฎกทุกท่าน

คำว่า "นาม" ในไวยากรณ์ภาษาบาลี ใครๆ ก็ให้คำจำกัดความว่า ชื่อ ชื่ออะไร ชื่อของวัตถุสิ่งของ สัตว์ บุคคล สถานที่ เป็นต้น

ส่วนในบทความนี้ จะเจาะลึกถึงความหมายที่ซ่อนอยู่ในคำว่า "นาม" นั้นด้วย

<u>ถาม</u> นาม คืออะไร

<u>ตอบ</u> นาม คือคำบัญญัติ

<u>ถาม</u> นาม แปลว่าอะไร

<u>ตอบ</u> แปลว่า น้อม

<u>ถาม</u> นามแปลว่า น้อม น้อมไปไหน

<u>ตอบ</u> น้อมไปหาเนื้อความที่เป็นจริง หรือตัวจริงของนามนั้นๆ และน้อมความจริงนั้นมาไว้ในตน

<u>ถาม</u> ตัวจริงของนาม คืออะไร

<u>ตอบ</u> ตัวจริงของนาม ก็คือ **สภาวะ ลักษณะ อาการ**

<u>ถาม</u> สภาวะ ลักษณะ อาการ มันอยู่ที่ไหน

<u>ตอบ</u> สภาวะ ลักษณะ อาการ ซ่อนอยู่ในนามบทนั้นๆ

<u>ถาม</u> คำว่า ซ่อนอยู่ เรียกว่าอะไร

<u>ตอบ</u> คำว่า ซ่อนอยู่ เรียกว่า **"ลิงค์"**

<u>ถาม</u> คำว่า "ลิงค์" แปลว่า เพศ ไม่ใช่หรือ

<u>ตอบ</u> คำว่า "ลิงค์" ถ้าแปลว่า เพศ ก็จะตื้นเขินเกินไป ไม่หยั่งลึกสภาวะ ลักษณะ อาการ

<u>ถาม</u> จะแปลว่าอย่างไร จึงจะลึกซึ้ง

<u>ตอบ</u> คำว่า "ลิงค์" ต้องแปลว่า *ลีนํ องฺคํ ลิงฺคํ* องค์สภาวะ ลักษณะ และอาการ ที่แอบซ่อนอยู่ในคำนาม ที่พยายามน้อมไปหา เพื่อให้ผู้ศึกษาติดตามไปเห็นประจักษ์แจ้ง และเข้าใจตรงตามพระพุทธประสงค์ที่จะให้เข้าใจนั่นเอง

<u>ถาม</u> อ้าว แล้วคำว่า *ปุงลิงค์ อิตถีลิงค์ นปุงสกลิงค์* นั่นล่ะ ไม่ได้แปลว่า เพศชาย หญิง และ เพศกระเทย ชายหญิงปนกันดอกหรือ

<u>ตอบ</u> แปลอย่างนั้นก็ได้ แต่ไม่ลึกซึ้งถึงสิ่งที่ซ่อนอยู่ เพราะคำว่า *ปุงลิงค์* เพศชาย *อิตถีลิงค์* เพศหญิง และ*นปุงสกลิงค์* (เพศชายก็ไม่ใช่ เพศหญิงก็ไม่ใช่) นั่นน่ะ เป็นเพียงข้ออุปมาเท่านั้น

<u>ถาม</u> อุปมาอย่างไร

<u>ตอบ</u> อุปมาเพื่อให้เราเข้าใจว่า คำนาม ที่มีอรรถซ่อนอยู่ สามารถรู้ได้ง่าย เหมือนดูผู้ชาย จึงเรียกว่า*ปุงลิงค์* คำนาม ที่มีอรรถซ่อนอยู่รู้ได้ยาก เหมือนดูผู้หญิง จึงเรียกว่า *อิตถีลิงค์* และคำนามที่มีอรรถซ่อนอยู่ รู้ไม่ยากไม่ง่าย เหมือนผู้หญิงก็ไม่ใช่ผู้ชายก็ไม่เชิง จึงเรียกว่า *นปุงสกลิงค์*

<u>ถาม</u> ฟังดูแล้ว ก็ยังงงอยู่เหมือนกัน มีตัวอย่างให้เห็นจริงตามนั้นไหม

<u>ตอบ</u> มี เช่น คำนามว่า พุทโธ

เนื้อความโดยสภาวะ ได้แก่ สัมมาสัมโพธิญาณ มโนปณิธาน วจีปณิธาน และกายปณิธาน ที่บำเพ็ญมาตลอด ๒๐ อสงไขย

เนื้อความโดยลักษณะ ได้แก่ ญาณ ๓ คือ ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ จุตูปปาตญาณ และอาสวักขยญาณ ที่ตรัสรู้เองโดยชอบ ตามลำดับ

เนื้อความโดยอาการ ได้แก่ เมื่อได้ตรัสรู้เองโดยชอบแล้ว ทรงสอนให้ผู้อื่นรู้ตาม

<u>ถาม</u> คำนามที่เป็นคำบัญญัติเอาไว้ เรียกสิ่งนั้นสิ่งนี้ ก็มีเนื้อความ ๓ อย่างนี้ ซ่อนอยู่เหมือนกันหรือ

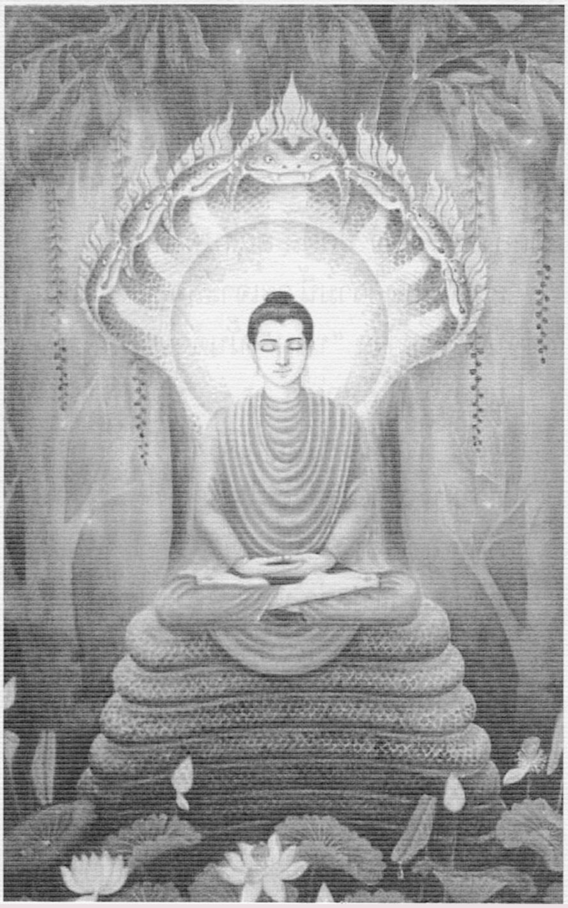
<u>ตอบ</u> คำนามบางคำ ก็มีครบทั้ง ๓ อย่าง บางคำมีเพียง ๒ อย่าง บางคำมี ๑ อย่าง

<u>ถาม</u> ฟังดูแล้วน่าศึกษามาก จะทำอย่างไรจึงจะเข้าใจได้ครบทั้งหมด

<u>ตอบ</u> ควรเริ่มศึกษาเรื่องคำนาม ให้เข้าใจถึงสภาวะ ลักษณะ และอาการ ที่ซ่อนอยู่ในคำที่เป็นปกติ หมายถึง *ปกติลิงค์* ที่เป็นศัพท์เดิม หรือรากของศัพท์นั้นให้มาก ก็จะค่อยๆ เข้าใจชัดเจน

<u>ถาม</u> เมื่อศึกษาเข้าใจดีแล้ว จะเอาความรู้ความเข้าใจนี้ไปทำอะไรได้บ้าง

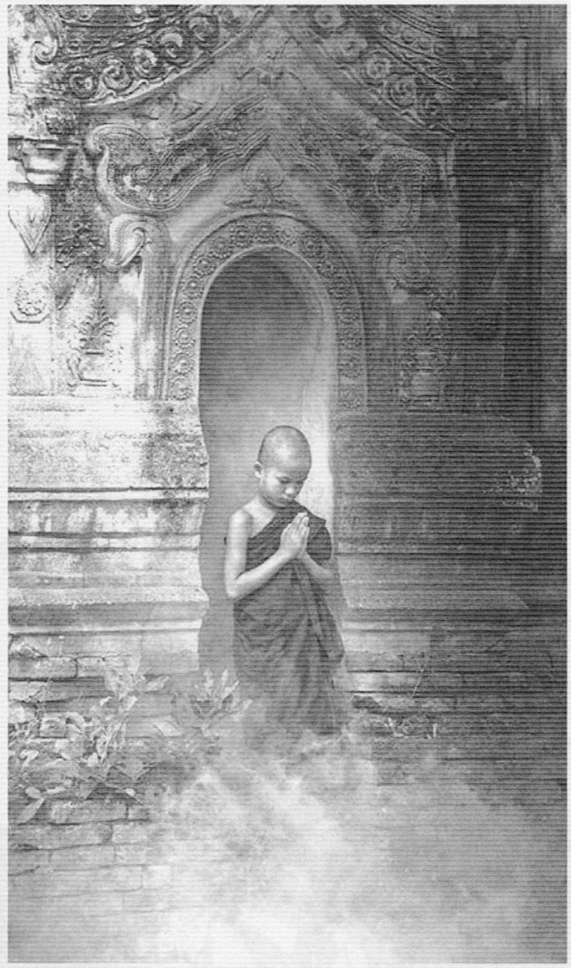
<u>ตอบ</u> คำถามนี้ดีมาก หลายคนมักคิดแล้วก็พูดให้ได้ยินอยู่บ่อยๆ ว่า เรียนบาลีแล้ว จะเอาไปทำอะไร คำตอบในประเด็นนี้คงต้องยาว ยาวจนกว่าคนถามจะเล็งเห็นประโยชน์มหาศาลต่อการศึกษาค้นคว้าให้รู้ซึ้งแจ่มแจ้งในพระพุทธพจน์คือพระไตรปิฎก เพราะในพระไตรปิฎก คำที่เป็นนามนั้นมีมากที่สุด ถ้าเฉลี่ยเป็นเปอร์เซ็นต์แล้ว น่าจะประมาณ ๙๐ เปอร์เซ็นต์เลยทีเดียว ถ้าใครมีความเข้าใจเรื่องคำนามดี ก็เท่ากับคนนั้นสามารถเข้าใจพระไตรปิฎกถึง ๙๐ เปอร์เซ็นต์ ฟังดูแล้วต้องมีกำลังใจ ใคร่อยากรู้ขึ้นมาทันทีเลย



ตามตัวอย่างคำถามและคำตอบเรื่องนามที่กล่าวมานี้ จะทำให้เราได้เห็นความสำคัญและความยิ่งใหญ่แห่งคำนาม ผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจในคำนามอย่างถูกต้อง ชัดเจน จะสามารถใช้ความรู้นี้ ในการศึกษาค้นคว้าพระไตรปิฎก อันเป็นหลักพระสัทธรรมคำสอนโดยตรง หากยังมีคำที่สงสัย เข้าใจไม่ชัด ก็จะสามารถค้นคว้าคัมภีร์อธิบายต่างๆ ได้ง่าย เช่น อรรถกถา ฎีกา คัณฐีโยชนา รวมถึงคัมภีร์ประเภทสัททาวิเสสอีกจำนวนมาก

องค์ประกอบแห่งความรู้เหล่านี้ สามารถศึกษา หามาช่วยให้เข้าใจได้ จาก ๔ ส่วนนี้คือ **อาจริยา ปาทมาทตฺเต ปาทํ สิสฺโส สชานนา ปาทํ สพฺรหฺมจารีหิ ปาทํ กาลกฺกเมน จ.**

ศิษย์ (ผู้ต้องการความรู้ภาษาบาลี) ควรหาความรู้ จากอาจารย์ผู้แตกฉานส่วนหนึ่ง จากสติปัญญาของตนส่วนหนึ่ง จากเพื่อนๆ ที่เคยศึกษามาส่วนหนึ่ง และจากกาลเวลาแต่ละช่วงส่วนหนึ่ง



แจกหนังสือ "วิถีมฆะ" ชำระทางสวรรค์

"วิถีมฆะ ชำระทางสวรรค์" ผลงานของ **พระมหากีรติ ธีรปัญโญ** เป็นการถอดรหัส **"วิถีมฆมาณพ"** สู่ **"นิโรธแมป"** มากมาย อ่านแล้วจะรู้สึกถึงความเบิกบานทางปัญญา ที่ท่านสามารถเชื่อมโยงธรรม ด้วยการถอดรหัสตัวเลขที่ซ่อนความหมายไว้อย่างลึกซึ้ง กว้างขวาง มัคคาแห่งธรรมะ ๓๗ ของ ๓๓ สหาย นี้ ถ้าเราเข้าใจให้ถูกต้อง แล้วดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท ก็จะเป็นอิสระจากความทุกข์ด้วยอริยมรรคได้ในที่สุด วารสารโพธิยาลัยยินดีมอบหนังสือนี้ให้ทุกท่าน ที่เขียนจดหมายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวารสารโพธิยาลัย เพื่อคณะผู้จัดทำจักได้นำความคิดเห็นนั้น มาปรับปรุงคุณภาพของวารสารต่อไป ส่งความคิดเห็นไปที่ **ทพญ.อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ์** อีเมลล์ acharak7153@gmail.com หรือเขียนเป็นจดหมายส่งไปรษณีย์ส่งถึง **ชมรมกัลยาณธรรม เลขที่ ๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐** วงเล็บมุมซองว่า **(วารสารโพธิยาลัย)** หนังสือมีจำนวนจำกัด โปรดส่งข้อคิดเห็นของท่านมาก่อนหนังสือจะหมด โปรดแจ้งชื่อ ที่อยู่ และเบอร์โทรศัพท์ของท่านให้ชัดเจน เพื่อความสะดวกในการส่งหนังสือถึงท่านอย่างรวดเร็ว

pdf file book



ภาษาธรรม นายธรรมดา

สนทนาภาษาบาลี ตอน ๘

โภนฺโต ปาฬิสุเตสิโน.

สวัสดีครับ มิตรรักบาลีที่เคารพทุกท่าน

อชฺช โภนฺโต กทาจิ ปาฬิวากฺยานิ วุจฺจนฺเต.

วันนี้ กระผมจะมาพูดภาษาบาลี พอหอมปากหอมคอครับ

ประโยคต่อไปนี้ เป็นประโยคคำพูดที่ทรงพลังที่สุดครับ

อหํ ตํ ปิยายามิ.

ผมรักคุณ

I love you.

หากโลกทั้งโลกช่วยกันพูดประโยคนี้ ด้วยความจริงใจแล้วละก็ โลกของเราก็จะน่าอยู่กว่านี้มากครับ ไม่เชื่อก็ลองเอาไปใช้ดูนะครับ

ประโยคเช่นนี้ในภาษาไทยเรียกว่า *เอกัตถ-ประโยค* อังกฤษ เรียกว่า Simple sentence ครับ เป็นประโยคง่ายๆ ไม่ซับซ้อนครับ

แค่มี ประธาน (กัตตา) + กรรม + กริยา (อาขยาต) สามารถเลียนแบบประโยคนี้ได้เป็นพันประโยคครับ ไม่เชื่อลองทำดูนะครับ เช่น

ตฺวํปิ มํ ปิยายสิ.

คุณก็รักผมเหมือนกัน

โส ตํ ปิยายติ.

เขารักหล่อน

สาปิ ตํ ปิยายติ.

แม้หล่อนก็รักเขาเช่นกัน



ปิตา มาตรํ ปิยายติ.

พ่อรักแม่

มาตาปิ ปิตรํ ปิยายติ.

แม่ก็รักพ่อเช่นกัน

คำว่า "รัก" ใช้คำกริยาว่า *ปิยายติ* คำนี้สามารถนำไปกระจายศัพท์วิภัตติอาขยาต ๙๖ ตัว ได้ ๙๖ รูปคำ ดังนี้ว่า

ปิยายติ – ปิยายนฺติ

ปิยายสิ – ปิยายถ

ปิยายามิ - ปิยายาม ฯลฯ

ปิยายติ สร้างมาจากนามธาตุว่า

"ปิย"+ อาย ปัจจัย + "ติ" วิภัตติ แปลเป็นไทยว่า "รัก"

แต่หากจะใช้เป็นคำนามว่า "ความรัก" นิยมใช้คำว่า "เปม" เช่นพระพุทธองค์ทรงใช้ในคัมภีร์ธรรมบทว่า เปมโต ชายตี โสโก - ความเศร้าโศกเสียใจเกิดจากความรัก

เปมโต ชายตี ภยํ - ภัยเกิดจากความรัก

คาถานี้แสดงให้เห็นถึงโทษ (อาทีนโว) ของความรัก เป็นความรักแบบโลกๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง *"ตณฺหาเปม"* ความรักใคร่แบบโลกีย์ หรือแม้แต่ *"เคหสฺสิตเปม"* ความรักแบบพี่น้องผองเพื่อน ก็มีทุกข์โศกเป็นเบื้องหลังเช่นกันครับ ดังนั้นหากจะรักให้ถูกต้อง จะต้องมีความรักแบบ *"เมตฺตาเปม"* ความรักความเมตตา หรือความหวังดีต่อกันและกันอย่างจริงใจ ความรักนั้นจึงจะประเสริฐครับ

เขียนประโยคง่ายๆ แล้ว ก็ลองฝึกพูดประโยคที่ซับซ้อนขึ้นมาอีก เช่น เราอาจพูดว่า

อหํ ตํ ปิยายามิ อปิ ตุ ตฺวํ (มํ น ปิยายสิ)

ผมรักคุณ แล้วคุณไม่รักผมบ้างหรือ

อหํ โส โหมิ โย ตํ ปิยายติ.

ผมคือผู้ชาย ผู้ซึ่งรักคุณ

ประโยคข้างต้นนี้เป็น สองประโยคที่เชื่อมประโยคพัวพันกัน ด้วยความเป็นประโยค *"นิยมวากยะ"* กับ *"อนิยมวากยะ"* บางครั้งเรียก นิยมวากยะ ว่า "ประโยค ต" เรียก อนิยมวากยะ ว่า "ประโยค ย"

หากจะแปลแบบ แยกประโยคต่อประโยค ก็จะได้ดังนี้ว่า

โย ตํ ปิยายติ. - ผู้ชายคนใดรักคุณ

อหํ โส โหมิ. - ข้าพเจ้าคือผู้ชายคนนั้น

ในภาษาไทยเรียกประโยคแบบนี้ว่า *"สังกรประโยค"* คำพูดที่คาบเกี่ยวกันอยู่โดยความหมาย

ตฺวํ ยํ ปสฺสิตุํ อิจฺฉสิ อหํ โส โหมิ.

ฉันคือคนที่คุณต้องการพบ

หรือจะพูดว่า

โส อหเมว โหติ ตฺวํ ยํ ปสฺสิตุํ อิจฺฉสิ.

คุณต้องการพบบุคคลใด บุคคลนั้นก็คือข้าพเจ้านั้นเอง



ขออนุโมทนาบุญผู้ร่วมจัดพิมพ์วารสารฉบับนี้

๑. ชมรมกัลยาณธรรม
๒. คุณจิรวรรณ ศิริจิตร และครอบครัว
๓. คุณสุวพร หทัยสุทธิธรรม และครอบครัว
๔. พล.อ.ต. สมโภค-คุณสุจิตรา หงสไกรและครอบครัว
๕. คุณพ่อวัชระ-คุณแม่ทองสุก โลหารักษ์พงศ์ และครอบครัว

ยํ มยา วุตฺตํ ตํ สจฺจเมว โหติ.

สิ่งที่ฉันพูดเป็นความจริง (คำใดอันเรากล่าวแล้ว, คำนั้นเป็นคำจริงแน่นอน)

อิทานิ เม ตว อตฺถาย ธนํ นตฺถิ.

ฉันไม่มีเงินให้คุณตอนนี้

หรือจะพูดว่า

นตฺถิ เม ทานิ ตว ทียมานํ ธนํ.

ฉันไม่มีเงินให้คุณตอนนี้

อตฺตโน เคหํ นิวตฺติตุํ อิจฺฉามิ.

ฉันต้องการกลับบ้าน

อหํ ตํ ปสฺสิตฺวา อภิปฺปโมทามิ.

ฉันดีใจที่ได้พบคุณ

หรือจะพูดว่า

อหํ ตํ ปสฺสนฺโต อภิปฺปโมทามิ.

ฉันดีใจที่ได้พบคุณ

การพูดประโยคแบบภาษาบาลีก็ไม่ได้แตกต่างจากการพูดประโยคภาษาทั่วไปหรอกครับ แต่ที่สำคัญผู้พูด (วทนฺต) จำเป็นต้องรู้คำศัพท์บาลี ทั้งคำนามและคำกริยา แล้วก็รู้หลักไวยากรณ์พอสมควร จากนั้นก็หมั่นฝึกฝน พูดประโยคเดียวซ้ำแล้วซ้ำเล่า หลายร้อยรอบ หลายพันรอบ จนจำขึ้นใจ จากนั้นก็หมั่นนำมาใช้บ่อยๆ จนกระทั่งประโยคดังกล่าวฝังแน่นอยู่ในเซลล์สมองของท่าน สามารถดึงออกมาใช้ในสถานการณ์ต่างๆ เมื่อไหร่ก็ได้สมความปรารถนา

ความจริงการเรียนภาษานั้นมิได้ยาก ไม่เหมือนกับวิชาอื่นๆ เช่น วิชาเคมีหรือฟิสิกส์เป็นต้นหรอก เพราะมิฉะนั้นแล้ว คนทุกคนบนโลกใบนี้คงไม่มีใครพูดภาษาของตนๆ ได้อย่างชำนาญหรอกครับ

สทฺทหถ นุ โภนฺโต มม วจนํ.

ท่านทั้งหลายเชื่อคำพูดของผมหรือไม่ครับ

สพฺเพ ปาฬิภาสิโน สามาชิกา สุภคา โหนฺตุ โควิดอิติสญฺญิตา ภยานกโรคโตปิ ปมุจฺจนฺตุ.

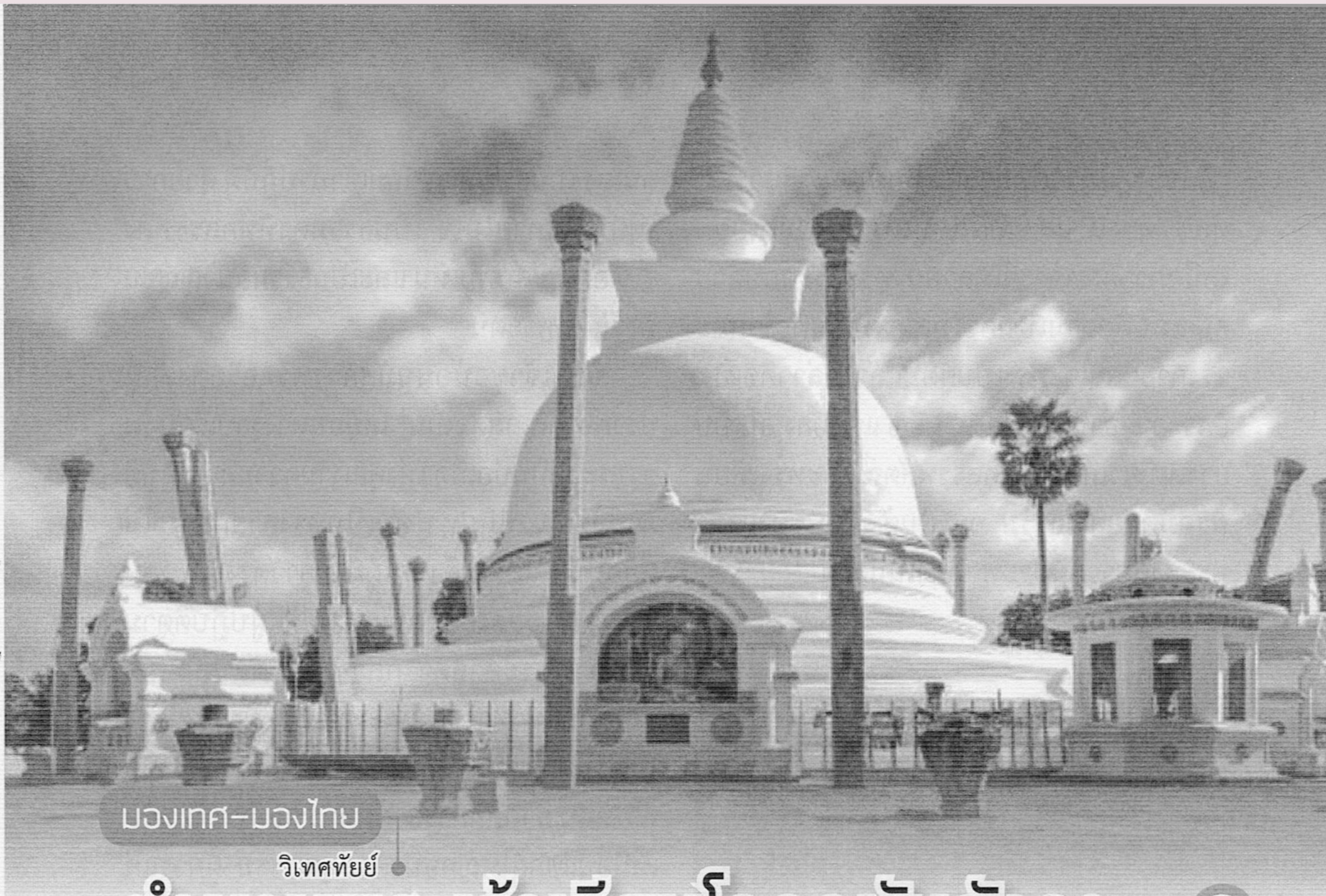
ขอให้ท่านสมาชิกปาฬิภาสีทุกท่าน จงโชคดี และปราศจากโรคร้ายที่น่ากลัว ที่เกิดจากเชื้อไวรัสโควิด-19 เทอญ

อตฺถกามตาปุพฺพงฺคมเจตสา

ด้วยความหวังดี

นายจำรูญ





มองเทศ-มองไทย

วิเทศทัยย์

ตำนานพระเจ้าเลียบโลกฉบับลังกา ตอน ๑

อารัมภบท

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาค พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์นั้น

ข้าพเจ้าขอนมัสการพระพุทธเจ้าผู้มีพระญาณอันหาที่สุดมิได้ ทรงมีพระมหากรุณาเป็นที่ตั้ง ทรงทำลายมลทินอันละเอียดได้แล้ว ทรงมีพระหฤทัยตั้งมั่น เพื่อสำแดงพระสัทธรรม ทรงปรารถนาอยู่เพื่ออำนวยประโยชน์เกื้อกูลแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายแห่งสากลโลก ผู้มีศีลบริสุทธิ์หาผู้ใดคัดค้านได้ยาก ทรงห่างไกลจากกิเลสและบาปกรรมทั้งสิ้นทั้งปวง ทรงละได้เด็ดขาดแล้วทั้งโลภ โกรธ และหลง อันเป็นต้นเหตุแห่งความทุกข์ทั้งปวง ทรงตัดวงจรแห่งการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏสิ้นแล้ว ซึ่งเหล่าสรรพสัตว์พากันลุ่มหลงไม่จบสิ้น ทรงเป็นผู้ไม่มีบาปธรรมทั้งที่ลับและที่แจ้ง พร้อมเปิดเผยความจริงแก่สาธารณชน ทรงตรัสรู้อริยสัจ ๔ อันได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ซึ่งทรงค้นพบด้วยพระองค์เอง โดยไม่มีครูอาจารย์เป็นผู้สอน ทรงมีวิชาความรู้ตั้งแต่พื้นฐาน จนกระทั่งถึงระดับสูงสุดกล่าวคือโลกุตรธรรม เป็นผู้เสด็จไปดี ด้วยการบำเพ็ญประโยชน์แก่สัตว์โลกทั่วหล้า ทรงรู้แจ้ง



กัณฐกเจดีย์ บริเวณมิหินตะเล

ที่มาภาพบน : ถูปารามเจดีย์ เมืองเก่าอนุราธปุระ

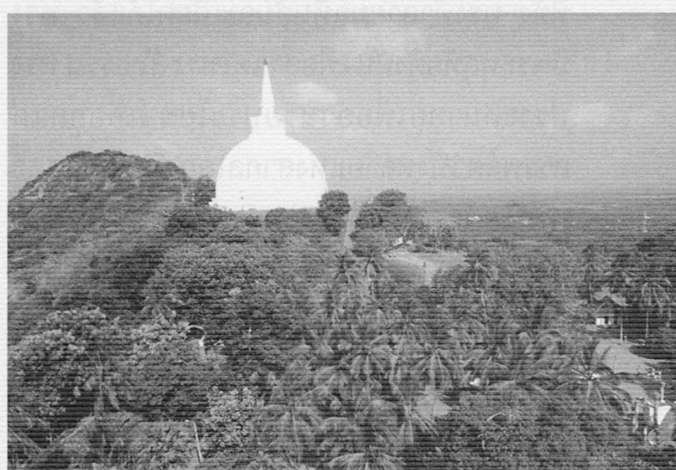
เห็นจริง กล่าวคือการดับทุกข์และวิธีการดับทุกข์ ทรงเป็นสารถีฝึกคนได้อย่างยอดเยี่ยมเหนือกว่าคณาจารย์เหล่าอื่น ทรงประกอบด้วยคุณสมบัติความเป็นครู กล่าวคือยินดีเสียสละแรงกายและใจ ทรงเป็นผู้ตื่นแล้ว กล่าวคือเป็นอิสระจากอำนาจของโลภ โกรธ และหลง อันเป็นยางเหนียวเกาะกุมจิตสรรพสัตว์ และทรงเพียบพร้อมด้วยคุณธรรม อันเป็นต้นแบบของเหล่าพระสงฆ์สาวกผู้ประพฤติดำเนินตาม



ปิริเวณะแห่งสำนักมหาวิหาร เมืองหลวงเก่าอนุราธปุระ

ข้าพเจ้าขอน้อมนมัสการพระสัทธรรมอันประเสริฐเลิศล้ำ อันงามในเบื้องต้น กล่าวคือศีล งามในท่ามกลาง กล่าวคือสมาธิ และงามในที่สุด กล่าวคือปัญญา เป็นแหล่งรวมแห่งความรู้แจ้งเห็นจริงสรรพสิ่ง กล่าวคือทุกข์ เป็นแนวทางอันผู้ปฏิบัติพึงเห็นชัดและประจักษ์แจ้งด้วยตนเอง จนไม่ต้องเชื่อตามคำบอกเล่าของผู้ใดอีกต่อไป เป็นธรรมปฏิบัติ และบรรลุเห็นผลได้ไม่จำกัดกาลเวลา กล่าวคือลงมือปฏิบัติเมื่อใด ก็สามารถเห็นผลเมื่อนั้น เป็นธรรมาภิสมัย ไม่ขึ้นตรงต่ออำนาจของเทพเทวาอื่นใด เป็นธรรมสามารถพิสูจน์ทุกยุคสมัย ไม่จำกัดด้วยกาลเวลา เป็นธรรมสามารถท้าทายด้วยการตรวจสอบด้วยตนเอง กล่าวคือลงมือทำ แล้วเสพเสวยบรมสุขด้วยตนเอง เป็นธรรมควรน้อมเข้ามาปฏิบัติ ด้วยการให้เกิดขึ้นภายในใจ เป็นธรรมดาที่ทุกสรรพสิ่งจะต้องประสบพบเห็น และเป็นธรรมอันวิญญูชนพึงรู้ได้เฉพาะตน

ข้าพเจ้าขอน้อมนมัสการพระอริยสงฆ์ ผู้ปราศจากกิเลสดุจเนิน* เสมือนทางราบเรียบ ไม่ขรุขระ ผู้เป็นบ่อเกิดแห่งคุณงามความดี ผู้ปฏิบัติตามมัชฌิมาปฏิปทา อันเป็นทางสายกลาง ไม่หย่อนนัก และไม่ตึงนัก ผู้มีจริยาวัตรงามพร้อม เพราะไม่เบียดเบียนตนและผู้อื่น ผู้ปฏิบัติตามรอยบาทพระศาสดา กล่าวคือมิได้แปลกแยกย่อยจากแนวทางของพระพุทธเจ้า ผู้ปฏิบัติตรง ไม่ลวงโลก หรือไม่โอ้อวดใครอื่น เพื่อหวังซึ่งชื่อเสียงและลาภสักการะ ผู้สมควรแก่การต้อนรับเหมือนแขกผู้ใหญ่กอปรด้วยคุณธรรม ผู้ควรแก่การทักษิณา หรือควรทำบุญตามคุณธรรมที่ตนประพฤติดีแล้ว ผู้สมควรได้รับการเคารพ กราบไหว้จากสาธุชนคนศรัทธา ในฐานะผู้มีคุณธรรมความดีอันเกิดจากการปฏิบัติจนเห็นผล ผู้เป็นเสมือนเครื่องยืนยันการปฏิบัติของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และผู้เป็นเนื้อนาบุญของโลก อันเปรียบเหมือนนามีดินดี หว่านพืชใดย่อมให้ผลไพบูลย์



มหาแสยะเจดีย์ บริเวณมิหินตะเล

*กิเลสดุจเนิน เนินหมายถึง อิจฉาวจร รายละเอียดดูใน อนังคณสูตร

ข้าพเจ้าขอน้อมวันทาพระมหินทเถระ ผู้เป็นเชื้อสายแห่งโมริยวงศ์ของชนชาวชมพูทวีป สืบเชื้อสายขัตติยราชมาจากศากยตระกูล ผู้มีจิตศรัทธาออกบวชจากเรือน ไม่เกี่ยวข้องด้วยเรือนแล้ว ผู้มากด้วยปัญญาฉลาด สามารถตัดเสียซึ่งกิเลสอาสวะทั้งสิ้นทั้งปวง ผู้เป็นประธานสงฆ์นำพระสัทธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาป่าวประกาศแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ซึ่งเป็นสัมมาทิฏฐิและอาศัยอยู่บนเกาะลังกามาแต่ปางบรรพ์ จนรู้แจ้งเห็นจริง พากันเสพเสวยอมตรสหรือพระธรรมคำสอนของพระชินสีห์ เป็นจำนวนคณานับไม่ถ้วน อีกทั้งได้สังคายนาร้อยกรองคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นภาษาของชนชาวเกาะ เรียกว่าสิงหล จนเกิดประโยชน์มากมายมหาศาล แก่เหล่าอนุชนรุ่นหลังสืบมาจนปรัตยุบันสมัย

คุณูปการของพระมหินทเถระมีพรรณนาไว้ดังนี้ว่า "พระมหาเถระ ผู้แสวงหาคุณอันยิ่งใหญ่แสดงแสงสว่าง กระทำแผ่นดินนี้ให้สว่างไสวรุ่งเรืองดุจกองเพลิง แล้วปรินิพพาน"

เพราะเหตุที่พุทธวงศ์มีการรักษาสืบต่อมาตามลำดับ นับตั้งแต่พระมหินทเถระ จนถึงปรัตยุบันสมัย ข้าพเจ้าผู้มีนามปรากฏว่าวิเทศทัยย์ อยู่ในที่วิเวก ได้คิดคำนึงถึงว่า พุทธวงศ์ตามลังกาประเพณี อันเป็นต้นแบบของลังกาวงศ์ตลอดดินแดนอุษาคเนย์ ประการหนึ่ง เป็นอุบายธรรมสำหรับผู้ประกาศพระศาสนา ประการหนึ่ง และปรารถนาสร้างกุศลจิตของผู้ศรัทธาต่อพระบวรพระพุทธศาสนา ประการหนึ่ง จึงนำเรื่องราวมาเรียบเรียงให้เป็นเนื้อเดียวกัน ดุจสายน้ำไม่ขาดสาย เพื่อหวังว่าจะรักษาประเพณีและเสริมแรงศรัทธา ของสาธุชนคนงามด้วยกุศลจิต สร้างกุศลนิมิต พบแต่ปัญญารู้แจ้ง เห็นจริงตามแนวคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสืบไป

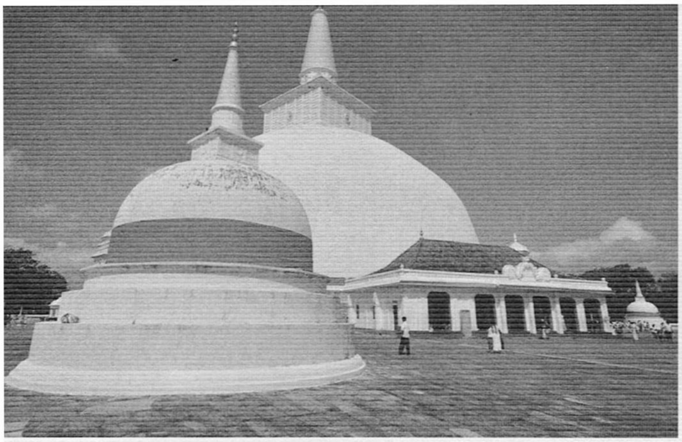


ปัญจวาสะภายในสำนักมหาวิหาร เมืองหลวงเก่าอนุราธปุระ

ขอสาธุชนจงดำรงคงจิตให้มั่นคง ตั้งโสตประสาทเตรียมสดับมธุรสวาจา ไม่ฟุ้งซ่านปล่อยจิตไปตามอารมณ์แห่งความปรารถนา จงสดับธรรมนิพนธ์ด้วยความเคารพ การพรรณนาพระพุทธเจ้าเสด็จเกาะลังกาคราวนี้ ข้าพเจ้าดำเนินตามตำนานคัมภีร์และตำรา อันนักปราชญ์ชาวลังกาผู้รอบรู้เหตุการณ์อ้างอิงไว้ดีแล้ว โดยไม่เสริมเติมแต่ง ให้เนื้อความแปลกแยกเป็นอื่น ไม่เห็นแย้งกับกถาของบูรพาจารย์ เพียงปรารถนาให้เกิดศรัทธาแก่ผู้สนใจใฝ่รู้สืบไป

ปฐมบรรพ : ว่าด้วยการสร้างถูปารามเจดีย์

พระมหินทเถระผู้เป็นเชื้อสายแห่งอริยวงศ์เป็นชาวชมพูทวีปนับแต่กำเนิดเกิดมา ครั้นผ่านการอุปสมบทครบถ้วนเถรวัสสาแล้ว ได้เดินทางมาประกาศพระสัทธรรมคำสอนตามคำแนะนำของพระโมคคัลลีบุตรติสสเถระ ผู้เป็นพระอุปัธยาจารย์เจ้า พร้อมทั้งเพื่อนสหธรรมิกอีกหลายรูป ได้แก่ พระอิฏฐิยเถระ พระอุตติยเถระ พระสัมพลเถระ พระภัททสาลเถระ สุมนสามเณร และภัณฑุอุบาสก คราวเดียวกันนั้น ท้าวสักกะจอมเทพได้ร่วมอารักขาตลอดการเดินทาง ดังความว่า *"พระคุณเจ้า พระเจ้ามุฏสีวะสวรรคตแล้ว บัดนี้ พระเจ้าเทวานัมปิยติสสมหาราชทรงครองราชย์สมบัติ และพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงทำนายพระคุณเจ้าไว้ว่า ในอนาคต ภิกษุ*



รุวันแวพิแสยะเจดีย์ เมืองหลวงเก่าอนุราธปุระ

ชื่อมหินทเถระ จักทำชาวตามพปัณณิทวีปให้เลื่อมใสศรัทธาพระคุณเจ้า เพราะเหตุนี้ จึงเป็นเวลาสมควร ที่พระคุณเจ้าจะไปยังทวีปอันประเสริฐ แม้ข้าพเจ้า ก็จักร่วมเป็นเพื่อนของพระคุณเจ้าด้วย”

ปุจฉาว่า พระพุทธเจ้าแห่งชาวเราทั้งหลายทรงพยากรณ์ไว้เมื่อใด ?

วิสัชนาว่า พระพุทธองค์ทรงพยากรณ์สมัยใกล้เข้าสู่ปรินิพพานกาล ได้มอบหมายให้ท้าวสักกเทวราช รับภารธุระในการอารักขาพระมหาเถระผู้จะเดินทางไปเผยแผ่พระสัทธรรมคำสอนแห่งเกาะลังกา ภายหลังพุทธปรินิพพานล่วงแล้วสามศตวรรษ ด้วยเหตุดังนั้น ครั้นท้าวสักกะจอมเทพทราบว่า พระมหินทเถระและคณะ จะเดินทางไปประกาศศาสนาที่เกาะลังกา จึงรีบเข้าไปหาพระเถระและคณะ ดังความแจ้งแล้วนั้น

ส่วนเทศนาวิธีของพระมหินทเถระและคณะพึงอ่านในคัมภีร์สมันตปาสาทิกานั้นเถิด

ครั้นถึงกาลวันเพ็ญกัตติกามาสแห่งเดือน ๑๒ พระมหินทเถระและคณะสงฆ์ได้ทูลพระเจ้าเทวานัมปิยติสสะ ผู้เป็นกษัตริย์ลังกา ให้สร้างอนุสรณ์สถานของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสำหรับกราบไหว้บูชา คราวครั้งนั้น กษัตริย์แห่งเกาะลังกาได้ตรัสถามคณะสงฆ์ว่า “พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จปรินิพพานแล้วมิใช่หรือ เหตุใดจึงต้องสร้างเจติยสถานเพื่อพระองค์อีกเล่า” พระมหินทเถระทูลว่า “มหาบพิตร พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จปรินิพพานแล้วก็จริง ถึงกระนั้นพระบรมสารีริกธาตุของพระองค์ยังคงมีอยู่ ขอให้พระองค์สร้างอนุสรณ์สถาน อันเป็นบริโภคเจดีย์บรรจุพระบรมสารีริกธาตุ เพื่อมวลอาตมาและสาธุชน พึงได้กราบไหว้สักการะตามควรเถิด” ครั้นได้รับราชานุญาตแล้ว พระมหินทเถระได้มอบหมายสุมนสามเณร ผู้ทรงอภิญญา ให้เหาะไปยังเมืองปาฏลีบุตร เพื่ออัญเชิญพระบรมสารีริกธาตุมาจากพระเจ้าอโศกมหาราช ผู้เป็นพระอัยยิกาเจ้า และเหาะไปยังเทวโลก เพื่อทูลขอพระธาตุรากขวัญเบื้องขวา มามอบถวายแก่กษัตริย์ลังกา

ครั้นแล้วพระเจ้าแผ่นดินลังกาได้ตรัสถามคณะสงฆ์ อันมีพระมหินทเถระเป็นต้นเป็นประธานว่า “พระคุณเจ้า โยมจะสร้างเจติยสถานเพื่อประดิษฐานพระธาตุรากขวัญเบื้องขวาไว้ที่แห่งใด” คราวนั้นพระมหินทเถระได้ทูลว่า “ดูกรมหาบพิตร พระโคดมพุทธเจ้าแห่งชาวเราทั้งหลาย เคยเสด็จมาประทับเกาะลังกาแล้วครั้งหนึ่ง และทรงประทับนั่งเข้านิโรธสมาบัติ ณ ถูปารามเจดีย์ นอกจากนั้น อดีตพระพุทธเจ้าหลายพระองค์ ก็เคยเสด็จมาประทับนั่ง เข้านิโรธสมาบัติ บริเวณถูปารามเจดีย์เช่นกัน ดังนั้นแล้ว ขอพระองค์ประดิษฐานพระธาตุรากขวัญเหนือกระพองพญาเศวตกุญชร หากพญาเศวตรกุญชรคุกเข่าลง ณ ภาคพื้นใด ก็โปรดให้สร้างเจดีย์บริเวณนั้นแล”

พระอรรถกถาจารย์ยังเสริมความอีกว่า “แท้จริงแล้ว คราวเมื่อพระชินสีห์บรรทมอยู่เหนือพระแท่นบรรทม อันเป็นที่ปรินิพพานแห่งสวนสาลวโนทยาน เมืองกุสินาราของพวกมัลลราชเจ้า ทรงกระทำมหาอธิษฐาน ๕ ประการ

คือ ๑) ขอกิ่งพระศรีมหาโพธิ์ด้านขวา ที่พระเจ้าอโศกทรงจับขาดเองทีเดียว จงประดิษฐานอยู่ในกระถางทองคำ ๒) ครั้นประดิษฐานแล้ว ขอกิ่งพระศรีมหาโพธิ์ จงเปล่งฉัพพรรณรังสี จากผลและใบ ทำให้สว่างไสวไปทั่วทุกทิศ ๓) ขอกิ่งพระศรีมหาโพธิ์นั้น พร้อมกับกระถางทองคำอันน่ารื่นรมย์จงลอยขึ้นไป ไม่ปรากฏแก่มหาชน จงประดิษฐานอยู่ในห้องหิมะ ตลอดหนึ่งสัปดาห์ ๔) ขอพระธาตุรากขวัญเบื้องขวาของเรา ซึ่งประดิษฐานอยู่ในถูปารามเจดีย์ จงลอยขึ้นไปในนภากาศ แล้วสำแดงยมกปาฏิหาริย์ และ ๕) ขอธาตุอันบริสุทธิ์ของเรา ประมาณ ๑ ทะนาน ซึ่งประดิษฐานที่เหมมาลิกเจดีย์อันเป็นเครื่องประดับลังกา จงทรงเพศพระพุทธเจ้า เหาะขึ้นไปประดิษฐานอยู่ในนภากาศ แล้วสำแดงยมกปาฏิหาริย์"

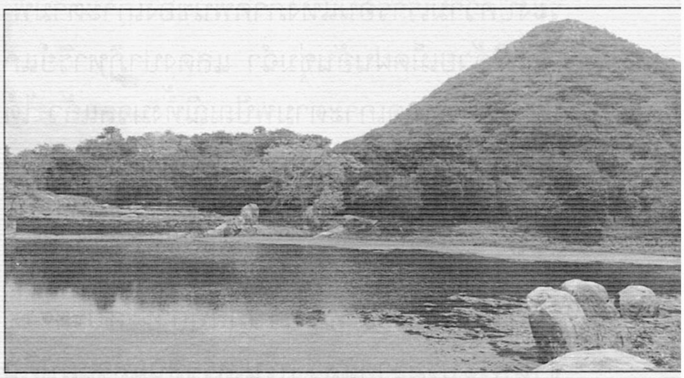
ครั้นพญาเศวตกุญชรอัญเชิญพระธาตุรากขวัญเบื้องขวาไปยังบริเวณถูปารามเจดีย์ ได้บันลือโกญจนาทเสียงดัง ปานแผ่นดินจะทรุด พร้อมกันนั้น มหาเมฆก็ตั้งเค้าโปรยปรายฝนโบกขรพรรษตกลงมาโดยมิใช่กาล แผ่นดินใหญ่สะเทือนไหว จนถึงน้ำนองแผ่นดินเป็นที่สุด



อารามภิกษุณีแห่งสำนักมหาวิหาร
เมืองหลวงเก่าอนุราธปุระ

อันเป็นนิมิตหมายมงคลฤกษ์ เหล่าทวยเทพและมนุษย์ต่างพากันชื่นชมเบิกบาน กอปรด้วยสิริแห่งฤทธานุภาพ การณ์ดังกล่าวนี้ เป็นนิมิตมงคลบอกให้รู้ว่า พระพุทธศาสนาของพระศาสดาเจ้าจะดำรงคงอยู่บนเกาะลังกา ตราบเท่านั้นเป็นเวลา ๕,๐๐๐ ปี

ครั้งนั้นแล พระธาตุรากขวัญเบื้องขวาของพระทศพล จากกระพองพญาเศวตกุญชร ได้ลอยขึ้นสู่เวหาสสูงประมาณ ๗ ชั่วต้นตาล ได้แสดงยมกปาฏิหาริย์ สายน้ำและท่อไฟ กอปรด้วยฉัพพรรณรังสี พวยพุ่งออกจากพระบรมธาตุ ส่วนนั้น ปาฏิหาริย์ปรากฏเช่นเดียวกันกับปาฏิหาริย์อันพระผู้มีพระภาคทรงแสดงที่โคนต้นคัณฑามพฤกษ์ ใกล้กรุงสาวัตถีสมัยพุทธกาลนั้นแล



สระดำภายในมิหินตะเล

ปุจฉาว่า *ปาฏิหาริย์นั้นเกิดขึ้น เพราะอานุภาพของพระเถระ หรืออานุภาพของเทวดา? วิสัชนาว่า เกิดมีขึ้นเพราะพุทธานุภาพ*

ทราบว่าพระผู้มีพระภาคนั้น เมื่อยังทรงพระชนม์อยู่ ทรงอธิษฐานว่า *"เมื่อเราปรินิพพานแล้ว ขอยมกปาฏิหาริย์จงบังเกิดมี วันประดิษฐานพระธาตุรากขวัญเบื้องขวาแห่งเรา ณ บริเวณอันเป็นที่ตั้งแห่งบริโภคเจดีย์ของพระพุทธเจ้าองค์ก่อน ๓ พระองค์ ด้านทิศใต้แห่งอนุราธบุรีในเกาะตามพพปัณณิ"*



ปัญจวาสะบริเวณถูปารามเจดีย์ เมืองหลวงเก่าอนุราธปุระ

โบราณาจารย์ได้อธิบายเสริมปาฏิหาริย์ไว้ว่า "ขึ้นชื่อว่าโอกาสที่หยดน้ำ ซึ่งไหลออกจากพระบรมสรีรธาตุ ของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ไม่ถูกต้องพื้นเกาะตามพปัณณิไม่มี พระสรีรธาตุ ของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ได้ระงับความเร่าร้อนแห่งภาคพื้นของเกาะตามพ-ปัณณิด้วยเม็ดฝนอันชุ่มฉ่ำ แสดงปาฏิหาริย์แก่มหาชน ตลอดเกาะตามพปัณณิทั้งมวลแล้ว ได้เสด็จลงมาประดิษฐานเหนือพระเศียรของพระราชา คราวนั้นพระเจ้าแผ่นดินทรงสำคัญการได้อัตภาพมนุษย์ว่า มีผลมหาศาล จึงทรงทำสักการะอย่างยิ่งใหญ่พร้อมกับการให้ประดิษ-ฐานพระบรมธาตุแล้ว ครั้นเสร็จสิ้นแล้วแผ่นดินใหญ่ได้สะเทือนหวั่นไหว"

คราเดียวกันนั้นแล พระราชกุมารทรงพระนามว่าอภัย ผู้เป็นพระกนิฏฐาภาดาของพระราชา ทรงทำพระราชหฤทัยให้เลื่อมใสในปาฏิหาริย์แห่งพระธาตุรากขวัญเบื้องขวา ทรงออกผนวชพร้อมกับบุรุษ ๑,๐๐๐ คน เด็กชายอีก ๕๐๐ คน จากบ้านเวตาลิคามก็ออกบวชด้วย เด็กจากหมู่บ้านทวารมณฑลเป็นต้น หมู่บ้านละ ๕๐๐ คน ก็ออกบวชเหมือนกัน เด็กหลายร้อยคนทั้งในเมืองและนอกเมืองต่างพากันออกบวชรวมเป็นภิกษุ ๓,๐๐๐ รูป เมื่อพระสถูปสำเร็จเสร็จสิ้นแล้ว พระราชา ราชอำมาตย์ และพระเทวีต่างทำการบูชา รวมถึงเทวดา นาค และยักษ์ก็ทำการสักการะบูชาเช่นกัน

อนึ่ง คราสร้างถูปารามเจดีย์และประดิษฐานพระธาตุรากขวัญครั้งนั้น นอกจากกุลบุตรชาวสิงหลศรัทธา พากันออกบวชเป็นจำนวนมากแล้ว กุลธิดาชาววังเป็นจำนวนมาก โดยมีพระนางอนุฬาเทวีเป็นหัวหน้า ก็แสดงความประสงค์จะออกบวช ในพระพุทธศาสนาเช่นเดียวกัน เหล่าทวยเทพเทวดาทุกชั้นฟ้า ครั้นทราบข่าวดังนั้นแล้ว พากันอนุโมทนาสาธุการ ปานแผ่นดินจะถล่มทลาย

พระมหินทเถระผู้เป็นประธานงานก่อสร้างถูปารามเจดีย์คราวนั้น ปรารถนาให้ชาวประชาสิงหลทุกหมู่เหล่า ศรัทธาต่อพระพุทธเจ้ายิ่งขึ้น จึงกล่าวสรรเสริญพระเกียรติคุณของพระพุทธ-องค์ว่า "พระโลกนาถ แม้เสด็จดับขันธปรินิพพานแล้วอย่างนี้ เหลือเพียงพระบรมสารีริกธาตุของพระองค์ ก็ได้ก่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่ประชาชนโดยชอบ มากมายหลายประการ เมื่อพระชินสีห์ยังทรงพระชนม์อยู่ จะบรรยายได้อย่างไรเล่า"

ปฐมบรรพ ว่าด้วยการสร้างถูปารามเจดีย์ก็จบลงด้วยประการฉะนี้แล ฯ



อภัยคิริเจดีย์แห่งสำนักอภัยคีรีวิหาร เมืองหลวงเก่าอนุราธปุระ

มงคลสูตร

อะเสวะนา จะ พาลานัง ปัณฑิตานัญจะ เสวะนา
ปูชา จะ ปูชะนียานัง เอตัมมังคะละมุตตะมัง ฯ
ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา
อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ เอตัมมังคะละมุตตะมัง ฯ
พาหุสัจจัญจะ สิปปัญจะ วินะโย จะ สุสิกขิโต
สุภาสิตา จะ ยา วาจา เอตัมมังคะละมุตตะมัง ฯ
มาตาปิตุอุปัฏฐานัง ปุตตะทารัสสะ สังคะโห
อะนากุลา จะ กัมมันตา เอตัมมังคะละมุตตะมัง ฯ
ทานัญจะ ธัมมะจะริยา จะ ญาตะกานัญจะ สังคะโห
อะนะวัชชานิ กัมมานิ เอตัมมังคะละมุตตะมัง ฯ
อาระตี วิระตี ปาปา มัชชะปานา จะ สัญญะโม
อัปปะมาโท จะ ธัมเมสุ เอตัมมังคะละมุตตะมัง ฯ
คาระโว จะ นิวาโต จะ สันตุฏฐี จะ กะตัญญุตา
กาเลนะ ธัมมัสสะวะนัง เอตัมมังคะละมุตตะมัง ฯ
ขันตี จะ โสวะจัสสะตา สะมะณานัญจะ ทัสสะนัง
กาเลนะ ธัมมะสากัจฉา เอตัมมังคะละมุตตะมัง ฯ
ตะโป จะ พ์รัห์มะจะริยัญจะ อะริยะสัจจานะ ทัสสะนัง
นิพพานะสัจฉิกิริยา จะ เอตัมมังคะละมุตตะมัง ฯ
ผุฏฐัสสะ โลกะธัมเมหิ จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ
อะโสกัง วิระชัง เขมัง เอตัมมังคะละมุตตะมัง ฯ
เอตาทิสานิ กัต์วานะ สัพพัตถะมะปะราชิตา
สัพพัตถะ โสตถิง คัจฉันติ ตันเตสัง มังคะละมุตตะมันติ ฯ